





**رئیس‌جمهوری: برای ایجاد قدرت ملی باید بادنیابر سر معضلات سیاسی گفتگو کنیم**

رئیس جمهوری، رقابت سالم سیاسی و پرهیز از انحصار را به نفع جامعه دانست و تصریح کرد: انتخابات، خرد و نشاط سیاسی، رقابت سالم و حضور حداکثری مردم حاصل می‌شود.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی ریاست جمهوری،حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر حسن روحانی در ضیافت افطاری که با حضور جمعی از فعالان سیاسی اصلاح‌طلب و اصولگرا برگزار شد، با بیان این که امیدوارم این جلسه مقدمه‌ای برای برگزاری چنین جلساتی در آینده باشد تا بتوانیم از نظرات و تجربه‌های فعالان سیاسی بهره‌مند شویم، گفت: امروز کشور در شرایط خاصی است و باید با یکپارچگی، تأمین منافع ملی را در این شرایط در نظر داشته باشیم.

روحانی با بیان این که بنای احزاب در لایه‌های سیاسی نباید بر این باشد که یکی بر دیگری پیروز شود یا یکی دیگری را حذف کند اظهار داشت: همان گونه که انحصار در اقتصاد مخرب است و نفع عمومی ندارد، در دنیای سیاست هم به همین منوال است و احزاب باید رقابت سالم را بر بنیای ارائه برنامه‌های بهتر برانند.

رئیس جمهوری با اشاره به این که در عرصه‌های مختلف سیاسی، اقتصادی، اجتماعی، سرمایه‌گذاری، رسیدگی به معضلات، زیست‌محیطی، آب و غیره برنامه‌ها و اهداف بلند و بزرگی داریم که باید برای تحقق آنها تلاش کنیم، تصریح کرد:بای دولت در تمامی این زمینه‌ها کمک گرفتن از احزاب و گروه‌های مختلف سیاسی است.

روحانی با بیان این که در شرایط فعلی کشور تحمیل، تخریب و تفتیش در مسائل مختلف راه جاری نمی‌برد، خاطر نشان کرد: باید شرایطی را برای جامعه ایجاد کنیم که فضا برای اقناع نسل جوان در مسیر آرمان‌ها ایجاد شود.

رئیس جمهوری در خصوص سخنانشان خود با اشاره به اهمیت مؤلفه قدرت ملی، گفت: یکی از راه‌های ایجاد و ارتقاء قدرت ملی این است که بتوانیم بر سر معضلات سیاسی با دنیا گفتگو کنیم و به تعامل برسیم چرا که قدرت تعامل یکی از مؤلفه‌های مهم قدرت ملی است.

رئیس دولت تدبیر و امید اضافه کرد: امروز به دنبال آن هستیم در موضوع مذاکرات هسته‌ای به عنوان یک نمونه بزرگ از مسائل سیاسی، با کشورها و با طرفین گفتگو و تعامل تثبیت شود. همان گونه که مقام معظم رهبری فرمودند بحث ما مذاکره است، ما نمی‌خواهیم صرفاً اعلام موضع کنیم، بلکه به دنبال مذاکره هستیم و تفاهم و عادلانه هستیم.

رئیس جمهوری با بیان این که می‌چان آن نیست که بگویم تاخیر در مذاکرات یا ادامه یافتن بیشتر آن چه هزینه‌هایی دارد و البته تعجیل در مذاکرات می‌تواند هزینه‌هایی داشته باشد، اظهار داشت: باید با صبر، حوصله و متانت و

با کمک همه و با حمایت و هدایت مقام معظم رهبری که در هیچ عرصه‌ای از دولت دریغ نشده است و با همدلی و همزبانی و کمک تمامی جناح‌ها و گروه‌های سیاسی کار را به پیش بریم.

رئیس دولت یازدهم با بیان این که اسامال درآمد نفتی ما نسبت به تمامی سال‌های دهه گذشته کمتر بوده است، تصریح کرد: شرایط تحریم همچنان ادامه دارد و مشکلات منطقه‌ای بر مشکلات داخلی کشور ناشی از تحریم ظالمانه و بیش از حد همیشه به انسجام و هم‌راهی و همکاری در داخل کشور نیاز داریم.

رئیس جمهوری با اشاره به برگزاری انتخابات مجلس شورای اسلامی در اسمال، خاطر نشان کرد: باید یک انتخابات رقابتی بسیار خوب و با کمک همه برگزار کنیم تا مایه غرور و افتخار ملی ما باشد. باید همه دولت و شورای نگهبان را در برگزاری چنین انتخابانی یاری کنیم تا آنچه خواست مردم است، محقق شود.

روحانی با بیان این که بزرگان ما در سال‌های منتهی به پیروزی انقلاب اسلامی، بحث‌هایی زیادی کردند و افرادی مثل شهید بهشتی و شهید مطهری گفتگوهای زیادی انجام دادند تا ما به جمهوری اسلامی برسیم، گفت: معنی جمهوری اسلامی این است که در کنار ارزش‌ها و اصول اسلامی، رأی مردم و صندوق‌های رأی حکم هستند و حال که این چنین است باید همه ما در رقابت‌های سیاسی و حزبی، جلب مشارکت حداکثری مردم باشد.

رئیس جمهوری ادامه داد: اگر در رقابت‌های سیاسی مشارکتی حداکثری مردم و نشاط سیاسی باعث شود، موجب غرور و افتخار تمامی ماست.

روحانی اظهار داشت: ما آن قدر که نقاط اشتراک داریم، نقاط افتراق و اختلاف نداریم. بنده از ابتدای پیروزی انقلاب اسلامی هر جا که کار کردم با دو جناح کار کرده ومرتبط بودهام و به خوبی می‌دانم که اشتراکات ما بیشتر از اختلافات است. لذا می‌توانیم به تفاهم برسیم و تفاهم به نفع ملت، مردم، اسلام و کشور است.

در ابتدای این نشست، دکتر حداد عادل، مهندس کرباسچی، دکتر کاظم جلالی، حجت‌الاسلام علیخانی، دکتر بامامچیان و دکتر الهه کولایی دقایقی به ایراد سخن پرداختند و با تشکر از رئیس جمهوری برای فراهم آوردن فرصتی در کدرهم آمدن فعالان سیاسی دو جناح مطرح کشور، بر لزوم تداوم این گونه جلسات برای رسیدن به حل مشکلات کشور و حصول تفاهم و انسجام ملی تأکید کردند.

**گفت‌وای میهمانان**

دکتر غلامعلی حداد‌عادل نماینده مردم تهران در مجلس هم معیار وحدت تمامی گروه‌ها و جریان‌های سیاسی کشور را نعل به انقلاب ببندد، ذکر کرد و گفت: رقابت‌های سیاسی در کشور

## معاون اول قوه قضائیه: پار سال ۴۰۰۰ میلیارد تومان معوقه بانکی وصول شد



بقیه از صفحه اول

شرایطی که قانون تعیین کرده است، اجازه دهنه پول در اختیار همه فعالان اقتصادی جامعه قرار نگیرد و گردش داشته باشد و در دست عدای رسوب نکند و آنها هم از این پول‌ها در جایی غیر از آن که باید استفاده شود، استفاده نکنند؛ چرخ اقتصاد فعال می‌شود.

وی تأکید کرد: پولی که پرداخت می‌شود، باید اعتبارسنجی و نظارت‌ش شود که کیجا، و چگونه داده می‌شود و با این کار، حرکت بزرگی در چرخ اقتصاد به وجود می‌آید و قوه قضائیه احساس کرد اینجااست که به نفع مردم و دولت باید وارد شود و تنش‌پذیر ببیند که بانک مرکزی چه می‌کند.

محسنی اژه‌ای افزود: میزان معوقاتی که به میزان قابل توجهی کاهش پیدا کرده است ضامن آن که بسا بدهکاران هم صحت شد و تسویه حساب کردند.

به گفته وی، بخشی از آنها که بدهکاران بزرگ بانکی بودند و تسهیلاتی که گرفتند هم‌را به اقدامات غیرقانونی بود، قوه قضائیه با آنها برخورد و برخی را بازداشت و به طلب بانک‌ها از آنها وصول کرد یا در حال وصول است.

معاون اول قسه قضائیه تأکید کرد: اجرائیات سازمان ثبت و فراخشد، و در سال۹۳ نزدیک ۴ هزار میلیارد تومان از معوقات بانک‌ها را وصول کرد.

**لحایان کی‌گاه**

**رئیس جمهوری روز ملی کرواسی را تبریک گفت**

رئیس جمهوری در پیامی به «کولیندا گرابار کیتاروویچ، با تبریک فرارسیدن روز ملی کرواسی به ری، دولت و ملت آن کشور ابراز امیدواری کرد. مناسبات تهران – زاگرب در تمامی حوزه‌های سیاسی، اقتصادی و فرهنگی بیش از گذشته توسعه یابد.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی دولت، متن پیام حجت الاسلام والمسلمین دکتر حسن روحانی به رئیس جمهوری کرواسی به این شرح است:

سبح الله الرحمن الرحيم
سرکار خانم کولیندا گرابار کیتاروویچ

رئیس جمهوری کرواسی
فرا رسیدن روز ملی کرواسی را به سرکارعالی، دولت و ملت آن کشور صمیمانه تبریک می‌گویم.
امیدوارم با عنایت به اشتراکات فراوان و ظرفیت‌های متنوع همکاری میان جمهوری اسلامی ایران، و جمهوری کرواسی، مناسبات میان دو کشور در تمامی حوزه‌های سیاسی، اقتصادی و فرهنگی بیش از گذشته توسعه یابد. سلامتی و موفقیت سرکار عالی و بهروزی و نیکبختی روزافزون ملت کرواسی را آرزومندم.

**وزیر کشور: دولت موفق استانی شدن انتخابات مجلس است**
سرویس سیاسی – اجتماعی: وزیر کشور با بیان این که لایحه استانی شدن انتخابات مجلس احتمالاً به این رویداد مهم سیاسی می‌رسد، افزود: طرح مجلس فقط در مورد استانی شدن انتخابات پارلمان است اما لایحه دولت درباره انتخابات مجلس، جامع و کامل است.
عبدالرضا رحمانی فضلی در گفتگو با خانه ملت، از تلاش هیأت دولت برای تدوین و تصویب لایحه استانی شدن انتخابات و ارائه آن به مجلس خبر داد و گفت: لایحه در مورد استانی شدن انتخابات مجلس، مناسبات میان دو کشور در تمامی حوزه‌های سیاسی، اقتصادی و فرهنگی بیش از گذشته توسعه یابد. سلامتی و موفقیت سرکار عالی و بهروزی و نیکبختی روزافزون ملت کرواسی را آرزومندم.



باید بر سر ارائه برنامه و مدیریت بهتر و منطقی‌تر باشد تا بتوانیم در مقابل جبهه‌ای که در برابر ما ایستاده و مخالف حکومت دینی است، وحدت خود را بیشتر کنیم.

مهندس غلامحسین کرباسچی از فعالان سیاسی کشورهم در این دیدار، با بیان این که دولت یازدهم پیش و پیش از بحث‌های سیاسی منافع ملی را مد نظر قرار داده است، پیشنهاد داد که یک مرکز گفتگوی ملی با حضور خبرگان سیاسی داخلی تشکیل شود تا منشور منافع ملی کشور را تدوین کند.

وی اظهار داشت: اقتدار ملی بدون گفتگو و وحدت ملی حاصل نمی‌شود و بدون اقتدار ملی هم دفاع قاطعانه از منافع ملی ممکن نیست.

دکتر کاظم جلالی رئیس مرکز پژوهش‌های مجلس هم با بیان این که شرایط سخت و دشوار کشور با توجه به منطقه آشوب‌زده و موقعیت بین‌المللی کشور سخت‌تر هم شده‌است، تصریح کرد: اصلی‌ترین مزیت دولت یازدهم فراچنانگی دیده شدن آن است و باید از این فرصت برای تدوین منشور وحدت کارآمد و آغاز مسیر تفاهم و گفتگو برای حل و فصل مشکلات کشور استفاده کنیم.

حجت‌الاسلام علیخانی در سخنان خود، دولت یازدهم را دولت اعتدال توصیف و تأکید کرد: دیگران هم باید همپای دولت در مسیر اعتدال گام بردارند تا ندای واحد از ایران به گوش جهانیان برسد.

بامامچیان هم مقاومت تیم مذاکره کننده در برابر زیاده‌خواهی دشمنان را ارزنده توصیف کرد و گفت: خواست دولت برای دو سال آینده خود کارگروهی متشکل از نخبگان سیاسی مختلف تشکیل دهد تا بررسی شود که در دو

سال گذشته چه میزان از مشکلات مردم حل شده و این تجربه برای دو سال آینده بهره گرفته شود.

دکتر الهه کولایی به عنوان آخرین سخنران، با

## اخبار داخلی

## سرمعضلات سیاسی گفتگو کنیم



بیان این که موفقیت مذاکرات هسته‌ای با حمایت مقام معظم رهبری و تجزیر دیپلمات‌ها به ارتقای ملی و انسجام ملی کمک می‌کند، اظهار داشت: کشور موفق مذاکرات هسته‌ای می‌تواند در داخل کشور، در مسیر ایجاد وحدت و انسجام ملی بیشتر به کار گرفته شود.

**صاف افطار رئیس جمهوری با جمعی ازروحانیون و ائمه جمعه**

رئیس جمهوری همچنین در ضیافت افطار با جمعی از روحانیون و ائمه جمعه و جماعات، مسئولیت روحانیون را برای حفظ انقلاب و نظام اسلامی بسیار سنگین دانست و تصریح کرد: امروز بیش از هر زمان دیگر به وحدت نیاز داریم و ضروری است روحانیون برای جامعه وحدت بخش باشند و آماده قربانی کنی. روحانی با اشاره به مذاکرات هسته‌ای که تقریباً از آغاز به کار دولت یازدهم به صورت فشرده و جدی در حال انجام بوده است، گفت: گام‌های بسیار مهمی در این زمینه به پیش برانشته‌ام اما با توجه به شرایط منطقه و افرافاتی برای کشور، خوشبختی که شاهد هستیم، به نام دین در منطقه و جهان به اسلام صریح می‌زنند، همچنان مسئولیت‌های سنگینی پیش‌رو داریم.

رئیس جمهوری با اشاره به مذاکرات هسته‌ای که توفیق دیدار با روحانیونی را یافته که امروز مسئولیت بسیار سنگینی در حفظ انقلاب و نظام اسلامی بر عهده دارند، گفت: روحانیت تا دهه‌های ۴۰۰مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی داشت، اما از آن سال‌ها مسئولیت سنگین دیگری در عرصه سیاسی و در حمایت از نهضت امام خمینی(ره) بر عهده گرفت و روحانیون پشت سر امام راحل ایستادند تا نهضت به پیروزی رسید.

روحانی با بیان این که روحانیت مصداق با همین دوره مسئولیت‌های سنگین دیگری را با توجه به فراگیر شدن آشنایی نسل جوان با تمدن جدید بر عهده گرفت، افزود: روحانیانی چون شهیدان مطهری، بهشتی و مفتاح در همین سال‌ها و شاید اندکی پیشتر از آغاز نهضت اسلامی،

مسئولیت سنگین دیگری برای برقراری ارتباط میان حوزه‌های علمی و سنت با نسل جوانی که با تمدن جدید آشنا شده بود، بر عهده گرفتند.

رئیس جمهوری، برقراری و استقرار نظام اسلامی به عنوان آرزوی دیرین مسلمانان و روحانیان را، مسئولیت سنگین دیگری نامید که روحانیت با پیروزی انقلاب اسلامی بر عهده گرفت.

رئیس شورای عالی انقلاب فرهنگی اظهارداشت: تمامی این مسئولیت‌ها، از مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی، تدوام مسیر نظام و انقلاب اسلامی و حفظ و استقرار نظام در ایجاد نهضت همچنان بر عهده روحانیت است و در عاات تمامی این‌ها، شرایط خاص امروز،

مسئولیت‌های جدیدی هم برای روحانیون به او رسا آورده است.

رئیس جمهوری تصریح کرد: روزگاری دغدغه ما این بود که چه کنیم تا جوانان در مسیر استفاده از رادیو و تلویزیون به انحراف کشیده نشوند، اما امروز انبوه شبکه‌های اجتماعی و ماهواره‌ها و دسترسی به فضای مجازی، دغدغه‌های جدیدی را برای ما ایجاد کرده تا در انتقال فرهنگ صحیح اسلامی به نسل های جوان دچار مشکل نشویم.

روحانی اظهار داد: در کنار موج گسترده اسلام‌هراسی متأسفانه باید گفت که امروز توسط عسده ای موج روحانیت هراسی در حال به راه افتادن است و این مسئولیت روحانیون را

سنگینی تر از گذشته می‌کند. روحانی با اشاره به مذاکرات هسته‌ای که توفیق دیدار با روحانیونی را یافته که امروز مسئولیت بسیار سنگینی در حفظ انقلاب و نظام اسلامی بر عهده دارند، گفت: روحانیت تا دهه‌های ۴۰۰مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی داشت، اما از آن سال‌ها مسئولیت سنگین دیگری در عرصه سیاسی و در حمایت از نهضت امام خمینی(ره) بر عهده گرفت و روحانیون پشت سر امام راحل ایستادند تا نهضت به پیروزی رسید.

روحانی با بیان این که روحانیت مصداق با همین دوره مسئولیت‌های سنگین دیگری را با توجه به فراگیر شدن آشنایی نسل جوان با تمدن جدید بر عهده گرفت، افزود: روحانیانی چون شهیدان مطهری، بهشتی و مفتاح در همین سال‌ها و شاید اندکی پیشتر از آغاز نهضت اسلامی،

مسئولیت سنگین دیگری برای برقراری ارتباط میان حوزه‌های علمی و سنت با نسل جوانی که با تمدن جدید آشنا شده بود، بر عهده گرفتند.

رئیس جمهوری، برقراری و استقرار نظام اسلامی به عنوان آرزوی دیرین مسلمانان و روحانیان را، مسئولیت سنگین دیگری نامید که روحانیت با پیروزی انقلاب اسلامی بر عهده گرفت.

رئیس شورای عالی انقلاب فرهنگی اظهارداشت: تمامی این مسئولیت‌ها، از مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی، تدوام مسیر نظام و انقلاب اسلامی و حفظ و استقرار نظام در ایجاد نهضت همچنان بر عهده روحانیت است و در عاات تمامی این‌ها، شرایط خاص امروز، مسئولیت‌های جدیدی هم برای روحانیون به او رسا آورده است.

رئیس جمهوری تصریح کرد: روزگاری دغدغه ما این بود که چه کنیم تا جوانان در مسیر استفاده از رادیو و تلویزیون به انحراف کشیده نشوند، اما امروز انبوه شبکه‌های اجتماعی و ماهواره‌ها و دسترسی به فضای مجازی، دغدغه‌های جدیدی را برای ما ایجاد کرده تا در انتقال فرهنگ صحیح اسلامی به نسل های جوان دچار مشکل نشویم.

روحانی اظهار داشت: در کنار موج گسترده اسلام‌هراسی متأسفانه باید گفت که امروز توسط عسده ای موج روحانیت هراسی در حال به راه افتادن است و این مسئولیت روحانیون را

سنگینی تر از گذشته می‌کند. روحانی با اشاره به مذاکرات هسته‌ای که توفیق دیدار با روحانیونی را یافته که امروز مسئولیت بسیار سنگینی در حفظ انقلاب و نظام اسلامی بر عهده دارند، گفت: روحانیت تا دهه‌های ۴۰۰مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی داشت، اما از آن سال‌ها مسئولیت سنگین دیگری در عرصه سیاسی و در حمایت از نهضت امام خمینی(ره) بر عهده گرفت و روحانیون پشت سر امام راحل ایستادند تا نهضت به پیروزی رسید.

روحانی با بیان این که روحانیت مصداق با همین دوره مسئولیت‌های سنگین دیگری را با توجه به فراگیر شدن آشنایی نسل جوان با تمدن جدید بر عهده گرفت، افزود: روحانیانی چون شهیدان مطهری، بهشتی و مفتاح در همین سال‌ها و شاید اندکی پیشتر از آغاز نهضت اسلامی،

مسئولیت سنگین دیگری برای برقراری ارتباط میان حوزه‌های علمی و سنت با نسل جوانی که با تمدن جدید آشنا شده بود، بر عهده گرفتند.

رئیس جمهوری، برقراری و استقرار نظام اسلامی به عنوان آرزوی دیرین مسلمانان و روحانیان را، مسئولیت سنگین دیگری نامید که روحانیت با پیروزی انقلاب اسلامی بر عهده گرفت.

رئیس شورای عالی انقلاب فرهنگی اظهارداشت: تمامی این مسئولیت‌ها، از مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی، تدوام مسیر نظام و انقلاب اسلامی و حفظ و استقرار نظام در ایجاد نهضت همچنان بر عهده روحانیت است و در عاات تمامی این‌ها، شرایط خاص امروز، مسئولیت‌های جدیدی هم برای روحانیون به او رسا آورده است.

رئیس جمهوری تصریح کرد: روزگاری دغدغه ما این بود که چه کنیم تا جوانان در مسیر استفاده از رادیو و تلویزیون به انحراف کشیده نشوند، اما امروز انبوه شبکه‌های اجتماعی و ماهواره‌ها و دسترسی به فضای مجازی، دغدغه‌های جدیدی را برای ما ایجاد کرده تا در انتقال فرهنگ صحیح اسلامی به نسل های جوان دچار مشکل نشویم.

روحانی اظهار داشت: در کنار موج گسترده اسلام‌هراسی متأسفانه باید گفت که امروز توسط عسده ای موج روحانیت هراسی در حال به راه افتادن است و این مسئولیت روحانیون را

سنگینی تر از گذشته می‌کند. روحانی با اشاره به مذاکرات هسته‌ای که توفیق دیدار با روحانیونی را یافته که امروز مسئولیت بسیار سنگینی در حفظ انقلاب و نظام اسلامی بر عهده دارند، گفت: روحانیت تا دهه‌های ۴۰۰مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی داشت، اما از آن سال‌ها مسئولیت سنگین دیگری در عرصه سیاسی و در حمایت از نهضت امام خمینی(ره) بر عهده گرفت و روحانیون پشت سر امام راحل ایستادند تا نهضت به پیروزی رسید.

روحانی با بیان این که روحانیت مصداق با همین دوره مسئولیت‌های سنگین دیگری را با توجه به فراگیر شدن آشنایی نسل جوان با تمدن جدید بر عهده گرفت، افزود: روحانیانی چون شهیدان مطهری، بهشتی و مفتاح در همین سال‌ها و شاید اندکی پیشتر از آغاز نهضت اسلامی،

مسئولیت سنگین دیگری برای برقراری ارتباط میان حوزه‌های علمی و سنت با نسل جوانی که با تمدن جدید آشنا شده بود، بر عهده گرفتند.

رئیس جمهوری، برقراری و استقرار نظام اسلامی به عنوان آرزوی دیرین مسلمانان و روحانیان را، مسئولیت سنگین دیگری نامید که روحانیت با پیروزی انقلاب اسلامی بر عهده گرفت.

رئیس شورای عالی انقلاب فرهنگی اظهارداشت: تمامی این مسئولیت‌ها، از مسئولیت‌های فرهنگی و اجتماعی، تدوام مسیر نظام و انقلاب اسلامی و حفظ و استقرار نظام در ایجاد نهضت همچنان بر عهده روحانیت است و در عاات تمامی این‌ها، شرایط خاص امروز، مسئولیت‌های جدیدی هم برای روحانیون به او رسا آورده است.

رئیس جمهوری تصریح کرد: روزگاری دغدغه ما این بود که چه کنیم تا جوانان در مسیر استفاده از رادیو و تلویزیون به انحراف کشیده نشوند، اما امروز انبوه شبکه‌های اجتماعی و ماهواره‌ها و دسترسی به فضای مجازی، دغدغه‌های جدیدی را برای ما ایجاد کرده تا در انتقال فرهنگ صحیح اسلامی به نسل های جوان دچار مشکل نشویم.

روحانی اظهار داد: در کنار موج گسترده اسلام‌هراسی متأسفانه باید گفت که امروز توسط عسده ای موج روحانیت هراسی در حال به راه افتادن است و این مسئولیت روحانیون را

## شنبه۶ تیر ۱۳۹۴- ۱۰رمضان ۱۴۳۴- ۲۷ژوئن۲۰۱۵- سال هشتاد و نهم - شماره ۲۶۱۹۰

## رئیس‌جمهوری: برای ایجاد قدرت ملی باید بادنیابر سر معضلات سیاسی گفتگو کنیم

در دفاع از نظام و حکومت اسلامی دارد و این کار را برای روحانیت سخت‌تر از گذشته می‌کند و برای عمل صحیح به مسئولیت‌های خود در این شرایط باید همه دست به دست ما بدهیم.

در آغاز این مراسم ، حجت‌الاسلام والمسلمین مبلغی به عنوان نخستین سخنران، بیان این که ضروری است ارتباط میان دین و شریعت را دوباره تعریف کنیم، گفت: شریعت باید بسستر ساز گرایش مردم به دین باشد و دین باعث فرار و جدایی مردم از دین و دولت یازدهم در شرایطی که منطقه با تعریف غلط از شریعت درگیر است، فرصتی مناسب در داخل و خارج کشور برای بسط اخلاق و گسترش نگاه صحیح به شریعت و دین است.

**گفت‌وای آیت‌الله العظمی جوادی‌آملی**
آیت‌الله العظمی جوادی‌آملی هم در سخنانی، ماه مبارک رمضان را ماه پاک داشتن صحنه جان و شستشوی عرصه عقل دانستند و اظهار داشتند: عالمان و فضلان حوزه و دانشگاه از دولت تدبیر و امید و اعتدال درخواست دارند که فرهنگ رمضان را که همگان را به اعتدال می‌خواند،ترویج کرده تا بار دیگر ایران و ملت ایران بر عرش ادب و فرهنگ در جهان تکیه زنند.

حجت‌الاسلام و المسلمین ادیب سخنران بعدی مراسم هم با بیان این که دولت یازدهم به مفهوم دولت فراچنانگی نزدیک تر از دولت‌های دیگر است، تصریح کرد: انتظار از دولت تدبیر و امید این است که در مسیر رفع تنگ‌های پیش آمده در گذشته گام بردارد و برای ایجاد آشتی ملی تلاش کند و برای همدلی و هم‌زبانی در دفاع از منافع ملی تعریفی جدید از چپش نیروهای سیاسی و اجتماعی سامان دهد.

وی افزود: جمهوری اسلامی هدیه خداوند به ایران است و بنده از رئیس جمهوری به عنوان مجری قانون اساسی می‌خواهم که در کنار حراست از دستاوردهای علمی و فناوری نظام، تعریفی دوباره از راهکارهای چگونگی دفاع از حقوق مردم براساس اصول قانون اساسی ارائه دهد، چرا که شاهد آتییم متأسفانه براساس تعاریف غلط، گام‌های بسیار مهمی در این زمینه به پیش برانشته‌ام اما با توجه به شرایط منطقه و افرافاتی برای کشور، خوشبختی که شاهد هستیم، به نام دین در منطقه و جهان به اسلام صریح می‌زنند، همچنان مسئولیت‌های سنگینی پیش‌رو داریم.

رئیس جمهوری، حضور مردم و حمایت‌ها و هدایت‌های مقام معظم رهبری را پشتوانه و انگهش‌ساز دولت در فضای مسئولیت‌های خود اعلام و تصریح کرد: مقام معظم رهبری همواره در غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

رئیس جمهوری، حضور مردم و حمایت‌ها و هدایت‌های مقام معظم رهبری را پشتوانه و انگهش‌ساز دولت در فضای مسئولیت‌های خود اعلام و تصریح کرد: مقام معظم رهبری همواره در غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

غرش‌های جاهلانه به جای عمل به توصیه مقام معظم رهبری می‌برن ترش‌فهمانه هستیم و از روحانی می‌خواهم پیام مرا به ذکر ظرف وزیر امور خارجه برساند و به وی بگوید که سخی‌های راه و هر طغنی که در مسیر تلاش‌هایان برای دفاع از حقوق ملت به شما سده می‌شود، برای شما یک حسنه خواهد بود.

حجت‌الاسلام والمسلمین طایبانی به عنوان آخرین سخنران، با تأکید بر این که باید ارتباط روحانیت و مردم تقویت شود، اظهار داشت: روحانیت این ارتباط مشکلات زیادی را حل و فصل خواهد کرد، متأسفانه کلماتی شاهد

## دعای روز دهم ماه مبارک رمضان

اَللّهُمَّ اجْعَلْنِی فِیهِ مِنَ الْمُتَوَكِّلِیْنَ عَلَیْكَ وَاجْعَلْنِی فِیهِ مِنَ الْفَائِزِیْنَ لَدُنْكَ وَاجْعَلْنِی فِیهِ مِنَ الْمُتَّقِرِّیْنَ اِلَیْكَ بِأَسْخَاكِ بِأَغَاةِ الطَّالِبِیْنَ.

خداوندا مرا در این روز از توکل کنندگان قرار ده و از سرسگاران درگفت گران، و در شمار موقربان درگفت درآور. به حقّ احسانت ای مقصود جویندگان.

## افخم گزارش آمریکا را درباره وضع حقوق بشر ایران مردود خواند

سخنگوی وزارت خارجه ایران با مردود خواندن گزارش سالانه آمریکا درباره وضع حقوق بشر در ایران، گفتگوهای جاری در زمینه هسته‌ای را به منزله تائید موارد نقض حقوق بشر در آمریکا ندانست و اقدامات ضدحقوق بشری در آمریکا را محکوم کرد.

مرضیه افخم بتانکید بر تعهد ایران بر رعایت حقوق شهروندان خود به عنوان یک وظیفه انسانی، ملی و اسلامی ادهادای وزارت خارجه آمریکا را مردود نقض حقوق بشر در ایران را که در



























**لنگه‌گل** *کئی‌گاه شمشیر مستغان*

**کتاب دوق پراره‌های دل**، در **پارسان رونمایی شد**

بندرعباس - خبرنگار اطلاعات: رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان پارسیان گفت: کتاب « دوق پراره‌های دل » اثر عبدالحمید حیاتی طی مراسمی در جلسه شورای اداری پارسیان با حضور فرماندار، رؤسای ادارات و جمعی از نویسندگان رونمایی شد.

در این مراسم، محمد رامهر، فرماندار پارسیان، با تأکید بر ضرورت حمایت از مؤلفان و نویسندگان شهرستان گفت: حمایت مادی و معنوی از مؤلفان وظیفه همه متولیان است و همه دستگاه‌های اجرایی مکلفند اهتمام لازم برای کشف و شناسایی استعداد‌های نوظهور در حوزه فرهنگ و هنر را به کار آورند.

در ادامه، عبدالحمید حیاتی نویسنده کتاب اوراق پراره‌ای دل» نیز با ارائه گزارشی از مراحل نگارش این کتاب افزود: این اثر حاصل تلاش ۳ سال فعالیت در حوزه شعر است و نیاز به حمایت ادارات و سازمان‌ها برای چاپ و فروش آن است.حمود اسدی، رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی پارسیان نیز خواستار حمایت بیشتر همگان از هنرمندان به ویژه نویسندگان شد و گفت: اسمال حمایت از نویسندگان و مؤلفان در اولویت برنامه‌های فرهنگ و هنر استان قرار گرفته است.

کتاب اوراق پراره‌ای دل» با محتوای شعر کلاسیک اواخر پارسال چاپ شد و کم‌از منتشر شده است.

**پیش‌بینی تولید ۱۰۰۰ تن‌سل در چهار محال و بختیاری**

شهر کرد - خبرنگار اطلاعات: پیش‌بینی می‌شود عسل تولیدی اسمال در استان چهار محال و بختیاری با افزایش ۵۰ تنی نسبت به پارسال به ۱۰۰۰ تن برسد.

مطلب این با مهندس مهرباب فرجی معاون بهبود تولیدات دامی جاهی کشاورزی استان چهار محال و بختیاری اعلام کرد و افزود: بیش از ۱۴۰۰ نفر در این استان به حرفه زنبورداری مشغولند. او اظهار داشت:۲۲۰ هازر کلنی زنبور سل در این استان مستقر است که حدود ۵۰ هزار کلنی آن از استان‌های فارس، اصفهان، بوشهر، خوزستان و بندر لنگه به استان چهار محال و بختیاری یابور عسل که بیلاق تابستانی را در سراسر چهار محال و بختیاری و عمدتاً در گون‌زارهای کورنگه، اردل و لرذگان درآوردند در فصل بهار و زمان گلدهی درختان و گیاهان در مجاورت مزارع و پناهگاهی موانع نقاط مختلف استان و اکثر پناهگاهی حاشیه زاینده‌رود در شهرستان‌های سامان و بن مستقر می‌شوند.

**با‌گان هاشمی‌نژاد نیشابور و آموزش و پرورش واگذار شد**

نیشابور -خبرنگار اطلاعات: تمام فضای آموزشی، اداری و خوابگاهی آموزشگاه نظامی شهید هاشمی‌نژاد وابسته به نیروی زمینی سپاه در مراسم ویژه‌ای تحویل آموزش و پرورش نیشابور شد.

در این مراسم که سرار ابوالقاسم فروتن، معاون هماهنگی نرسا و جمعی از اعضای شورای تأمین نیشابور، مسئولان ستادی وزارتخانه آموزش و پرورش مجتمع آردویی راهنمایی‌نیشابور و آموزش و پرورش نیشابور حضورداشتند. فرمانده تیپ ۲۱ ژنی امام رضاع) نیشابور گفت: بیش در دوران مختلف با آموزش و پرورش و سایر دستگاه‌های اجرایی نظام همکارى داشته است. سراد محسن قاجاریان افزود: اموال سپاه متعلق به این یگان نظامی برای اجراء مأموریت به شیروان و مرزهای سیستان و بلوچستان منتقل شده است. همچنین گزارش‌اش دفتر حقوقی وزارت آموزش و پرورش کرده است. این ملک به خاطر وضع جنگ تحمیلی در اختیار سپاه قرار گرفت و الان بنا به توافق انجام شده طبق دستور مقام معظم رهبری در اختیار آموزش عباس تیموری افزود:این مکان محل کشف استعدادهای دانش آموزان کشور در فعالیت‌های اردویی و تربیتی می‌شود.

وی از سپاه به خاطر فراهم‌ه‌های بسیار برای اضافه کردن امکانات و ساختمان و زیرساخت قدرانی کرد.

**تجهیز خوابگاه دانشجوی شهید نواب صفوی مازندران به مراکز رفاهی**
ساری -خبرنگار اطلاعات: خوابگاه شهید نواب صفوی به یکی از بزرگترین مراکز رفاهی دانشگاهی کشور تبدیل خواهد شد. معاون توسعه و پشتیبانی دانشگاه مازندران با اعلام این خبر افزود: قرارداد ساخت استخر و مجموعه ورزشی دانشگاه با پیمانکار بخش خصوصی به امضارسید.

گروهش روزی گفت: داشتن استخر و مجموعه ورزشی برای زمین فوتبال چمن مصنوعی، زمین‌های ورزشی ساحلی، تنیس و مجموعه امکانات ورزشکاران، یکی از آرزوهای دیرینه دانشگاه بوده است که خوشبختانه بعد از کار بسیار ششده فوقوی و فنی قراردادهایی در تاریخ ۹۲/۳/۳۱ به امضا رسید و عملیات اجرایی آن باافاصله با اخذ مجوزهای لازم آغاز خواهد شد.

**آگهی دعوت مجمع عمومی فوق‌العاده و عادی به طور فوق‌العاده شرکت قانونی فاعلات و اربابان باسترل (سهامی خاص) به شماره ثبت ۴۶۳۸۲**

**۱۰۰۰۹۱۵۵۴۲**

بدینوسیله از کلیه سهامداران نامیدگان قانونی اینسان دعوت می‌شود در جلسه عمومی فوق‌العاده در روز شنبه مورخ ۱۳۹۲/۰۹/۰۲ ساعت ۹ صبح و عادی به طور فوق‌العاده، شش‌شنبه در روز شنبه مورخ ۱۳۹۲/۰۹/۰۲ ساعت ۱۱ صبح در محل قانونی شرکت در صورتی قرار نداشتن ملاقات خارجي،شرقی پلاک ۲۶ تشکیل می گردد حضور بهم رسانند.

**سندور جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده:**

۱- نقل و اتمان سهام

۲- تصویب گزارش هیئت مدیره و بازرسین

۳- تصویب گزارش هیئت مدیره و بازرسین

۴- انتخاب هیئت مدیره و بازرسین

۵- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار

**آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت فنی مهندسی پتروشیمی فارس سهایی خاص به‌شماره ثبت ۵۷۸۱ و شناسه ملی ۱۰۵۳۰۱۸۳۰۵۰**

بدینوسیله به‌اطلاع کلیه سهامداران محترم می‌رساند جلسه مجمع عمومی عادی شرکت در روز شنبه مورخ ۱۳۹۲/۰۲/۰۲ ساعت ۸ صبح در محل دفتر شرکت در شیراز -تهران گرمیخان زند -کوچه ۲۰ پلاک ۱۹۰ گرمی خان زند لذا از کلیه سهامداران با نامیدگان قانونی انا دعوت به‌عمل می‌آید جهت تصمیم‌گیری در جلسه فوق حضور بهم رسانند.

۱- استماع گزارش هیئتمدیره، حسابرسان و بازرس قانونی،

۲- بررسی و تصویب گزارش و صورت‌نامه و صورت سود و زیان سال مالی منتهی به ۱۳۹۲/۱۲/۳۰

۳- انتخاب بازرسان قانونی

۴- انتخاب حسابرسان

۵- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار

۶- انتخاب هیئت مدیره و بازرسین

۷- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی می‌باشد.

**آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت قند پارس (سهایی عام) به شماره ثبت ۶۷۰۷**

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت قند پارس دعوت می‌گردد در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه که رأس ساعت ۱۰ صبح روز پنجشنبه مورخه ۱۳۹۲/۱۸/۰۹ در دفتر مرکزی شرکت واقع در تهران - خیابان استاد مطهری - خیابان نور -کوچه یکم- پلاک یک- طبقه دوم تشکیل می گردد، حضور بهم هر رسانند.

**استماع جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه:**

۱- تصویب گزارش هیئت مدیره و بازرس قانونی شرکت

۲- بررسی و تصویب صورت‌های مالی و حساب سود و زیان شرکت

برای سال مالی مالی منتهی به ۱۳۹۲/۴/۳۱

۳- انتخاب اعضای هیئت مدیره

۴- انتخاب بازرس قانونی

۵- تعیین روزنامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی‌های شرکت

**هیئت مدیره شرکت قندپارس(سیامی عام)**

## اخبار شهرستانها

## اعلام وضیعت قمرز آب در ۲۷ شهر استان کرمان

کرمان - خبرنگار اطلاعات: ۲۷شهر استستان کرمان در وضیعت قمرز آب قرار دارند و ۲۱ شهر نیز در وضیعت زرد به سر می‌برند. این خبر از مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب شهری استان کرمان در نشست خبری به مناسبت هفته صرفه‌جویی در مصرف آب اعلام کرد و گفت: ۲۰ شهر استان نیز در وضیعت متعادل هستند. محمد طاهری با اشاره به این که شرکت آبفا و ۶۸ شهر و ۱۲۹ روستای استان را زیرپوشش دارد، افزود: جیره‌بندی آب در روزهای پیش‌رو اجتناب‌ناپذیر است.

وی از خفر و تجهیز ۲۸ حلقه چاه جدید برای تأمین آب مورد نیاز خبر داد و گفت: ۶۵۰ لیتر آب در ثانیه از این چاه‌ها استحصال می‌شود.

او افزود: در مجموع، ۳۳۵ حلقه به صورت شبانه‌روزی در مدار بهره‌برداری قرار دارد که از آنها ۸ مترمکعب آب در ثانیه استخراج می‌شود و از طی مراحل تصفیه در اختیار مردم قرار می‌گیرد. طاهری قیمت تمام شده هر مترمکعب آب را ۱۰۲۴ تومان اعلام کرد و گفت: از مردم بابت هر مترمکعب آب فقط ۲۵۴ تومان دریافت می‌شود.

وی همچنین با اشاره به وجود انشعاب‌های غیرمجاز آب در استان کرمان، گفت: بیش از ۴۰ درصد هدررفت آب مربوط به این انشعاب‌ها و کمتر از ۱۰ درصد مربوط به شبکه‌های فرسوده است. طاهری همچنین درباره پروژه فلاشب شرکت کرمان گفت: با توجه به این‌که تصفیه فاضلاب کرمان هزاران میلیارد تومان هزینه دارد تاکنون در این پروژه فقط ۲۵ درصد پیشرفت داشته‌ام. وی افزود: با رازینی‌های استاندارد، ۹۷ میلیارد ریال

به گفته او سالانه ۲۰ درصد از شبکه توزیع حوزه این شرکت بازسازی می‌شود.

طاهری با انتقاد از الگوی مصرف آب، یادآور شد: میزان مصرف آب روزانه در صنعت سرماشی از قبیل کولرهای آبی بیش از مصرف روزانه یک نفر است.

دکتر مرتضی سقاییانژاد در دیدار با احمد امیرآبادی فرمانده نمایندیه مردم قم در مجلس شورای اسلامی با اشاره به اینکه جهت مدیریت و احداشهری امری ضروری است بیان کرد: قم استانی تک شهرستان است و این وضع شرایط خاصی را در استان قم ایجاد کرده است.

وی در ادامه با اشاره به هدرشادی قم درخصوص اوراق مشارکت بلوار پیامبر اعظم(ص) افزود: آمیولرهای که

بتوانم در این زمینه نیز راهکارهای لازم را پیش‌بینی کرده

و مشکلات را برطرف کنیم.

وی با اشاره به این‌که برای عمران و آبادانی شهر قم باید ظرفیت‌های منطقه استفاده کرد، گفت: در بازدید از شهرک صوف که ۱۵ سال از آغاز عملیات ایجاد آن می‌گذرد، مشاهده کردم که بخش اعظمی از آن هنوز برپ ندراد و آمیولرهای که بتوانیم مشکلات این شهرک را برطرف کرده

**آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه صاحبان سهام شرکت تاسیساتی و صنعتی کامفورت (سهایی خاص) به‌شماره ثبت ۱۳۶۹ مورخ۱۳۹۲/۱۱/۲۹**

بدینوسیله از کلیه سهامداران محترم شرکت تاسیساتی و صنعتی کامفورت (سهایی عام) به شماره ثبت ۱۳۶۹ دعوت می‌شود در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه این شرکت که رأس ساعت ۱۰ صبح در محل کارخانه تشکیل می گردد. از کلیه سهامداران دعوت می‌شود در رأس ساعت در جلسه شرکت نمایند.

**سندور جلسه:**

۱- استماع گزارش هیئتمدیره و بازرس قانونی درخصوص عملکرد سال مالی منتهی به ۱۳۹۲/۱۲/۳۱

۲- تصویب صورت‌های مالی منتهی به ۱۳۹۲/۱۲/۳۱

۳- انتخاب گزارش هیئت مدیره و بازرسین

۴- انتخاب هیئت مدیره و بازرسین

۵- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار شرکت

۶- سایر موارد

**آگهی دعوت هیئتمدیره و بازرسین شرکت هواپارس سهایی خاص به شماره ثبت ۱۴۳۴۵۱ و شناسه ملی ۱۰۱۸۱۲۴۳۲۲۰**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۲/۰۷/۲۳ تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- ترازنامه و حساب سود و زیان برای سال مالی ۱۳۹۲ به تصویب رسید.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**

**اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیر تجاری تهران**

**آگهی تغییرات**

**شرکت مهندسی توسعه سایپا سهایی خاص**

**به شماره ثبت ۱۳۸۹۸۲ و شناسه ملی ۱۰۱۸۱۲۴۳۲۲۰**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۲/۰۸/۱۷ تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- ترازنامه و حساب سود و زیان تعاون تصیمات ذیل اتخاذ شد:
- روزنامه کثیرالانتشار

اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد.
- ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی سال ۹۲ به تصویب مجمع رسید.

اعضا هیئت مدیره قرار ذیل انتخاب گردیدند:
آقای خسرو نوری به کد ملی ۱۳۹۲۲۲۴۴۰۶ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمدرضا قاسمی به کد ملی ۰۴۰۹۹۹۴۰۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای بهمن- الواقام به کد ملی ۰۵۳۰۷۲۵۲۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۳۲۴۴۸۲۷ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای وحید سهراب حقیقت به کد ملی ۵۱۷۹۰۱۶۲۸ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل

برای مدت ۳ سال انتخاب شدند:
آقای مهیار روحانی به کد ملی ۰۰۶۴۰۳۰۲۶۲ به سمت بازرس اصلی و آقای محمدرضا نوروزی به کد ملی ۰۰۵۵۳۴۵۱۶ به سمت بازرس علی‌البدل برای یکسال مالی انتخاب شدند.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**

**اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیر تجاری تهران**

**آگهی تغییرات شرکت تعاونی مسکن کارکنان شهرداری و صنعتی و ساخت پولپر کتیا**

**به شماره ثبت ۳۳۰۷۸۵ و شناسه ملی ۱۰۱۰۲۶۷۸۸۴۰**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۲/۰۹/۱۵ و مجوز شماره ۱۰۸۰۲۰۴۲ مورخ ۱۳۹۲/۱۱/۱۲ مورخ ۱۳۹۲/۱۱/۱۲ تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- روزنامه کثیرالانتشار

اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد.
- ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی سال ۹۲ به تصویب مجمع رسید.

اعضا هیئت مدیره قرار ذیل انتخاب گردیدند:
آقای خسرو نوری به کد ملی ۱۳۹۲۲۲۴۴۰۶ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمدرضا قاسمی به کد ملی ۰۴۰۹۹۹۴۰۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای بهمن- الواقام به کد ملی ۰۵۳۰۷۲۵۲۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۳۲۴۴۸۲۷ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای وحید سهراب حقیقت به کد ملی ۵۱۷۹۰۱۶۲۸ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل

برای مدت ۳ سال انتخاب شدند:
آقای مهیار روحانی به کد ملی ۰۰۶۴۰۳۰۲۶۲ به سمت بازرس اصلی و آقای محمدرضا نوروزی به کد ملی ۰۰۵۵۳۴۵۱۶ به سمت بازرس علی‌البدل برای یکسال مالی انتخاب شدند.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**

**اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیر تجاری تهران**

**آگهی تغییرات**

**شرکت سازه گستر آبز راه سهایی خاص**

**به شماره ثبت ۳۸۰۷۳۴ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۲۷۶۹۴۵**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۲/۱۱/۰۹ تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- ترازنامه و حساب سود و زیان تعاون تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- روزنامه کثیرالانتشار

اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد.
- ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی سال ۹۲ به تصویب مجمع رسید.

اعضا هیئت مدیره قرار ذیل انتخاب گردیدند:
آقای خسرو نوری به کد ملی ۱۳۹۲۲۲۴۴۰۶ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمدرضا قاسمی به کد ملی ۰۴۰۹۹۹۴۰۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای بهمن- الواقام به کد ملی ۰۵۳۰۷۲۵۲۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۳۲۴۴۸۲۷ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای وحید سهراب حقیقت به کد ملی ۵۱۷۹۰۱۶۲۸ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل

برای مدت ۳ سال انتخاب شدند:
آقای مهیار روحانی به کد ملی ۰۰۶۴۰۳۰۲۶۲ به سمت بازرس اصلی و آقای محمدرضا نوروزی به کد ملی ۰۰۵۵۳۴۵۱۶ به سمت بازرس علی‌البدل برای یکسال مالی انتخاب شدند.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**

**اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیر تجاری تهران**

**آگهی تغییرات**

**شرکت سازه گستر آبز راه سهایی خاص**

**به شماره ثبت ۳۸۰۷۳۴ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۲۷۶۹۴۵**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۲/۱۱/۰۹ تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- ترازنامه و حساب سود و زیان تعاون تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- روزنامه کثیرالانتشار

اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد.
- ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی سال ۹۲ به تصویب مجمع رسید.

اعضا هیئت مدیره قرار ذیل انتخاب گردیدند:
آقای خسرو نوری به کد ملی ۱۳۹۲۲۲۴۴۰۶ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمدرضا قاسمی به کد ملی ۰۴۰۹۹۹۴۰۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای بهمن- الواقام به کد ملی ۰۵۳۰۷۲۵۲۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۳۲۴۴۸۲۷ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای وحید سهراب حقیقت به کد ملی ۵۱۷۹۰۱۶۲۸ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل

برای مدت ۳ سال انتخاب شدند:
آقای مهیار روحانی به کد ملی ۰۰۶۴۰۳۰۲۶۲ به سمت بازرس اصلی و آقای محمدرضا نوروزی به کد ملی ۰۰۵۵۳۴۵۱۶ به سمت بازرس علی‌البدل برای یکسال مالی انتخاب شدند.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**

**اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیر تجاری تهران**

**آگهی تغییرات**

**شرکت سازه گستر آبز راه سهایی خاص**

**به شماره ثبت ۳۸۰۷۳۴ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۲۷۶۹۴۵**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۲/۱۱/۰۹ تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- ترازنامه و حساب سود و زیان تعاون تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- روزنامه کثیرالانتشار

اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد.
- ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی سال ۹۲ به تصویب مجمع رسید.

اعضا هیئت مدیره قرار ذیل انتخاب گردیدند:
آقای خسرو نوری به کد ملی ۱۳۹۲۲۲۴۴۰۶ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمدرضا قاسمی به کد ملی ۰۴۰۹۹۹۴۰۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای بهمن- الواقام به کد ملی ۰۵۳۰۷۲۵۲۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۳۲۴۴۸۲۷ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای وحید سهراب حقیقت به کد ملی ۵۱۷۹۰۱۶۲۸ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل

برای مدت ۳ سال انتخاب شدند:
آقای مهیار روحانی به کد ملی ۰۰۶۴۰۳۰۲۶۲ به سمت بازرس اصلی و آقای محمدرضا نوروزی به کد ملی ۰۰۵۵۳۴۵۱۶ به سمت بازرس علی‌البدل برای یکسال مالی انتخاب شدند.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**

**اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیر تجاری تهران**

**آگهی تغییرات**

**شرکت سازه گستر آبز راه سهایی خاص**

**به شماره ثبت ۳۸۰۷۳۴ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۲۷۶۹۴۵**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۲/۱۱/۰۹ تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- ترازنامه و حساب سود و زیان تعاون تصیمیات ذیل اتخاذ شد:
- روزنامه کثیرالانتشار

اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد.
- ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی سال ۹۲ به تصویب مجمع رسید.

اعضا هیئت مدیره قرار ذیل انتخاب گردیدند:
آقای خسرو نوری به کد ملی ۱۳۹۲۲۲۴۴۰۶ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمدرضا قاسمی به کد ملی ۰۴۰۹۹۹۴۰۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای بهمن- الواقام به کد ملی ۰۵۳۰۷۲۵۲۱ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۳۲۴۴۸۲۷ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی

آقای محمد خوسرویار به کد ملی ۰۵۲۵۷۳۳۲۰ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو اصلی
آقای وحید سهراب حقیقت به کد ملی ۵۱۷۹۰۱۶۲۸ به سمت عضو هیئت مدیره - عضو هیئت‌البدل
آقای محمدرضا مهدی به کد ملی ۰۵۲



























**حمله تروریستی داعش به «لیون» فرانسه**
سرویس خارجی:رسانه‌های فرانسوی از پیدا شدن یک جسد بی‌سر و پرچم داعش در یک کارخانه در لیون و پس از آن صدای انفجار در آن خبر دادند.حمله‌ای به یک کارخانه گاز صنعتی در شهر«ایزو» واقع در منطقه «سن کواتین فالاولیه» لیون به وقوع پیوسته که بر اثر انفجار ناشی از آن شمار زیادی مجروح شده‌اند و یک جسد بدون سر نیز در ورودی کارخانه مشاهده شده است.

بر اساس این گزارش، عامل مظنون این حمله تروریستی با یک پرچم داعش وارد کارخانه شده است.بنا به درخواست نخست‌وزیری، «برنار کازانوو» وزیر کشور فرانسه پس از وقوع حمله فوراً عازم محل انفجار شد.یک منبع نزدیک به پرونده این حمله تروریستی در خصوص جسد کشف شده اعلام کرد:جسد بدون سر فردی در نزدیکی کارخانه کشف شده است اما در حال حاضر نمی‌دانیم که آیا این جسد به محل انفجار منتقل شده است یا خیر.وی افزود، در محل انفجار همچنین یک پرچم که نوشته‌هایی به زبان عربی بر روی آن وجود دارد، کشف شده است.

بنابر اعلام روزنامه فرانسوی فیکارو، یک مظنون حدوداً ۳۰ ساله در ارتباط با این حمله توسط پلیس فرانسه بازداشت شده است.در پی وقوع این حمله وزارت کشور فرانسه اعلام کرده مدثری در خصوص ارتباط این حمله با گروه تروریستی داعش در دست نیست و مانوئل والس نخست‌وزیر این کشور دستور برقراری تدابیر امنیتی و آماده‌باش بالا در اطراف مناطق حساس ناحیه «رون آلپ» و ایستگاه‌های پلیس را صادر کرده است.

بنا به گزارش روزنامه فرانسوی لوموند، این انفجار توسط دو نفر که با یک خودرو وارد کارخانه شده بودند و یکی از آنها توسط پلیس فرانسه بازداشت شده‌به وقوع پیوسته و یک قربانی از میان کارکنان این کارخانه و تسلسر زیادی مجروح بر جا گذاشته است.لوموند در ادامه گزارش‌اش خود به نقل از روزنامه منطقه‌ای دوفینه لیره اعلام کرده که یکی از مهاجمان عضویت خود در گروه تروریستی داعش را تأیید کرده است.شکیبه کفرانس ۲۴ گزارش داده است که نیروهای پلیس بازجویی‌های خود از فرد بازداشت شده را آغاز کرده‌اند و در حال بررسی آن هستند که آیا فرد بازداشت شده همدستی داشته است یا خیر.بنابر اعلام این شبکه، شمار زیادی از نیروی پلیس فرانسه در محل وقوع حادثه مستقر شدند.داعش نیز مسئولیت حمله به کارخانه گاز لیون فرانسه را به عهده گرفت.

در همین حال،فرانساو اولاند رئیس جمهور فرانسه اجلاس سران اتحادیه اروپا را در بروکسل زودتر از موعد ترک و به فرانسه عزیمت می‌کند.به گفته مقامات فرانسوی، رییس جمهور فرانسه اولانویور حمله را در تلویزیون و در حالی که کنار انگلار مکرل،صدر اعظم آلمان در کنارش بوده دیده و هر دو رهبر از دیدن آن یک‌ خورده‌اند.دوبود کامرون نخست وزیر بریتانیا نیز با اعلام همدردی با فرانسوا اولاند، شرایط را بی‌اندازه نگران‌کننده توصیف کرده است.

در همین رابطه،رئیس‌جمهوری فرانسه در نخستین واکنش به انفجار در کارخانه شهر ایزو فرانسه ماهیت این حمله را تروریستی دانست.وی که به منظور شرکت در نشست اروپایی در خصوص یونان در بروکسل به سر می‌برد، در نخستین واکنش به وقوع این حمله اعلام کرد: ماهیت این حمله تروریستی بوده و هیچ‌یک تمامی تدابیر لازم برای پیشگیری از فجایع بیشتر اتخاذ شده است.رئیس‌جمهوری فرانسه در ادامه با اشاره به وجود یک یا دو عامل در این حمله و با تأیید بازداشت و شناسایی یکی از عوامل آن خاطر نشان کرد ، نباید در برابر ترس تسلیم شد. وی دیگر اینکه،یک وزیر فرانسوی از احتمال اعطای پناهندگی به اوداد استودن پیمانکار سابق آژانس امنیت ملی آمریکا و جولیان اسائز موسس سابق انتشارات ویکی لیکس خبر داد.همین حال، رئیس‌جمهور فرانسه شنبه‌های اخیر تأیید امنیت ملی آمریکا از دولتهای متوالی فرانسه را نوعی تهاجم خواند و اعلام کرد ، این نخستین بار نیست که چنین اطلاعاتی انتشار یافته و آخرین بار هم نخواهد بود. فرانسوا اولاند،رئیس‌جمهوری فرانسه در حاشیه شورای اروپایی بروکسل در خصوص افشاکری‌های اخیر در ارتباط با جاسوسی آژانس امنیت ملی آمریکا از روسای جمهور اخیر فرانسه اعلام کرد:آمریکا متحد ماست و این مسئله انجابت می‌کند که ما با احترام با یکدیگر رفتار کنیم اما موضوع شنبه‌ها نوعی تهاجم محسوب می‌شود.اولاند افزود:مفکر می‌کند که اگر این اقدامات پس از تهدات آمریکا صورت گرفته باشد، می‌تواند آسیب جدی به روابط ما وارد کند. اما باراک اوباما به من گفت: ریاست جمهوری فرانسه از بعد از آن تهدات دیگر مانند گذشته هدف جاسوسی قرار گرفته است.در همین حال،وزیر امور خارجه فرانسه در پی احضار سفیر آمریکا در پاریس به وزارت امور خارجه، خواستار توضیحات سریع وی در خصوص خبر جاسوسی‌های آمریکا از فرانسه شد. از طرفی،منابع نزدیک به «اکا شیراک» رئیس‌جمهوری اسبق فرانسه در اظهاراتی جاسوسی آژانس امنیت ملی آمریکا از رؤسای جمهوری اخیر فرانسه را محکوم کرد.

صاحب‌ان:افشای شرکت ابرانچاپ مؤسسه اطلاعات مدیر مسئول:سیدمحمدوعالی سردبیر:علیرضاخانمی نشانی:تهران -پلوار میرداماد- خیابان نفت‌جنوبی- ساختمان اطلاعات -کد پستی ۱۵۲۹۵۲۱۱ (تهران) اطلاعات-تصویری:تحریریه ۲۲۲۵۸۰ تلفن: ۲۹۹۹۹۰ نامبر آگهی ها ۲۲۲۵۸۰۱۹۶ و ۲۲۲۵۸۰۱۴-۲۲۲۵۸۰ نشانی اینترنت: http://www.ettelaat.com پست الکترونیکی: ettelaat@ettelaat.com

## فرمانده و ۳۰۰ سرباز ارتش عربستان به انصارالله یمن پیوستند

سرویس خارجی: فرمانده توپخانه و ۳۰۰ سرباز وابسته به ارتش عربستان با همه تجهیزاتشان به ارتش و نیروهای مردمی یمن پیوستند. اعلام پیوستن «هاشم الاحمر»، فرمانده توپخانه ارتش عربستان در گنزگراه مرزی «الودیه» به ارتش و کمیته‌های مردمی یمن، تازه ترین شکست سعودی ها است. از طرفی روزنامه انگلیسی گاردین با انتقاد از حمایت لندن از دولت ه‌ای دیکتاتور جهان عرب نوشت، عربستان سعودی اشتراکات ایدئولوژیک زیادی با گروه تروریستی داعش دارد. «سومال میل»، نویسنده این روزنامه در مقاله خود آورد، دوبود کامرون نخست وزیر انگلیس هفته پیش مسلمانان انگلیس را متهم به نادیده گرفتن ایدئولوژی پنهان موجود در ورای وحشیگری گروه داعشیش کرد، در حالی که طرح قانون مبارزه با تروریسم که اخیراً در انگلیز اعلام شد، می‌تواند پدیده مسلمان ستیزی را وارد مرحله جدیدی کند.

در ادامه این مقاله، نویسنده با اشاره به حمایت غرب از دیکتاتوری‌های جهان عرب نوشت، دولت انگلیس و رسانه‌های وابسته به آن، نقش سیاست خارجی این کشور در سوق دادن افراد به افراط‌گرایی در جهان عرب را کم اهمیت می‌دانند، در حالی که این دولته‌ها حامی نظام‌هایی هستند که عامل افراط‌گرایی هستند.

وی همچنین خاطر نشان کرد،

گروه داعش به طور مستقیم در

### اولین گفتگوی پوتین و اوباما از زمان تنش میان مسکو – واشنگتن

سرویس خارجی: کاخ سفید در بیانیه‌ای اعلام کرد، رئیس‌جمهوری روسیه برای نخستین بار از زمان آغاز تنش میان مسکو – واشنگتن، در تماس تلفنی با همتای آمریکایی خود درخصوص درگیری های اوکراین رایشی کرد.

ولادیمیر پوتین، که همواره حمایت از شبه‌نظامیان جدایی طلب اوکراین را رد می‌کند، پس از مدت‌ها سکوت با باراک اوباما، تلفنی گفتگو کرد. در بیانیه کاخ سفید آمده است: رئیس‌جمهوری آمریکا بار دیگر بر لزوم پایبندی

صاحب‌ان:افشای شرکت ابرانچاپ مؤسسه اطلاعات مدیر مسئول:سیدمحمدوعالی سردبیر:علیرضاخانمی نشانی:تهران -پلوار میرداماد- خیابان نفت‌جنوبی- ساختمان اطلاعات -کد پستی ۱۵۲۹۵۲۱۱ (تهران) اطلاعات-تصویری:تحریریه ۲۲۲۵۸۰ تلفن: ۲۹۹۹۹۰ نامبر آگهی ها ۲۲۲۵۸۰۱۹۶ و ۲۲۲۵۸۰۱۴-۲۲۲۵۸۰ نشانی اینترنت: http://www.ettelaat.com پست الکترونیکی: ettelaat@ettelaat.com

صاحب‌ان:افشای شرکت ابرانچاپ مؤسسه اطلاعات مدیر مسئول:سیدمحمدوعالی سردبیر:علیرضاخانمی نشانی:تهران -پلوار میرداماد- خیابان نفت‌جنوبی- ساختمان اطلاعات -کد پستی ۱۵۲۹۵۲۱۱ (تهران) اطلاعات-تصویری:تحریریه ۲۲۲۵۸۰ تلفن: ۲۹۹۹۹۰ نامبر آگهی ها ۲۲۲۵۸۰۱۹۶ و ۲۲۲۵۸۰۱۴-۲۲۲۵۸۰ نشانی اینترنت: http://www.ettelaat.com پست الکترونیکی: ettelaat@ettelaat.com

### سال هشتماد ونهم

تقویم اطلاعات
شنبه ۶ تیر ۱۳۹۴
۱۰ رمضان ۱۴۳۶ - ۲۷ ژوئن ۲۰۱۵
ظهر شرعی ۰۷:۲۱ دقیقه
غروب آفتاب ۲۴:۲۰ دقیقه
آذان مغرب ۲۰:۴۵ دقیقه
نیمه شب شرعی (پایان وقت ادای نماز عشا) ۰ و ۱۴ دقیقه
آذان صبح (فرذا) ۴ و ۰۴ دقیقه
طلوع آفتاب (فرذا) ۵ و ۵۱ دقیقه

## فرمانده و ۳۰۰ سرباز ارتش عربستان به انصارالله یمن پیوستند

تایید کردند. از طرفی، یک منبع نظامی یمنی اعلام کرد، بیش از ۱۰۰موشک ارتش و کمیته‌های مردمی یمن بسه مناطق نظامی جازان و نجران در عربستان اصابت کرد. ارتش سعودی نیز ضمن تأیید خیر حمله موشکی ارتش یمن و کمیته‌های مردمی وابسته به انصارالله به مواضع نظامی عربستان اعلام کرد، دو سرباز سعودی و دو سرباز اماراتی در این حملات موشکی کشته شدند.

در خبری دیگر، نیروهای ارتش و کمیته‌های مردمی یمن، یک منطقه تحت کنترل عناصر تروریستی القاعده در استان «عسار» را به طور کامل آزاد کردند. القاعده از ایسن منطقه به عنوان زندان استفاده می کرد و تک تیراندازهای این گروه، مردم را از راه دور هدف قرار می دادند.

در این میان، گروه انصارالله یمن آمادگی خود را برای خروج مشروط از شهرهای اصلی تحت کنترل خویشی به منظور کمک به حل بحران جاری این کشور اعلام کرد.

انصارالله تأکید کرد، بر اساس پیشنهادهی در مذاکرات ژنو دادیم، حاضرم از شهرهای بزرگ یمن خارج شوم اما به شرط آنکه همه گروه‌های دیگر نیز از شهرهای تحت اشغال خود خارج شوند.

از سوی، شورای امنیت سازمان ملل همه طرفه‌های یمنی را به حضور در دور جدیدی گفتگوها بدون هرگونه پیش شرط فراخواند.

#### طرح ویژه بغداد برای اصلاح ساختار نیروهای امنیتی عراق با کمک ناتو

سرویس خارجی:منابع دیپلماتیک از طرح ویژه عراق برای بازسازی ساختار نیروهای امنیتی و آموزش این نیروها با کمک ناتو خبر دادند.

در پی سقوط شهر موصل دومین شهر بزرگ عراق به دست داعش در ژوئن ۲۰۱۴، دولت عراق طرح جدیدی را برای آموزش مجدد و بازسازی بیشتر نیروهای نظامی عراق با کمک ناتو کلید زد.«الشروق الاوسط» با انتشار این گزارش نوشت:با وجود آنکه دولت عراق هیچ موضع رسمی در این باره اعلام نکرده است اما بر اساس اطلاعات به دست آمده از دیپلمات‌های کشورهای عضو ناتو، پیش‌بینی می‌شود ناتو به زودی طرحی را برای دادن مشاوره به دولت عراق درباره نحوه اصلاح ساختار نیروهای امنیتی‌اش ارائه کند .

بر اساس این گزارش، عراق در دسامبر گذشته از ناتو برای آموزش ساختار امنیتی اش درخواست کمک کرده بود. «اکااس‌لوت»، نماینده آمریکا در ناتو اعلام کرد که طرحی درحال بررسی‌است تا به عراق برای اصلاح و ترمیم ساختار بخش امنیتی‌اش مشاوره داده شود و به این دولت برای تدوین برنامه امنیت ملی کمک شود.

در این حال،یک افسر خلبان نیروی هوایی ارتش عراق از قصد آمریکا مبنی بر احداث یک پایگاه نظامی جدید در استان «صلاح‌الدین» به بهانه مبارزه با داعش خبر داد. از سوی دیگر، ارتش سوریه اسلامی عراق و کوفت امیر کویت به این کشور سفر کرده با مقامات کویتی دیدار و گفتگو کرد.

#### تحولات میدانی

نیروهای ارتش و بسیج مردمی عراق پس از چند روز نبرد خونین با داعش، سرانجام موفق شدند شهر «بجی» را آزاد کنند. از سوی دیگر،بالگردهای ارتش عراق مواضع داعش در روستای «شیر» در جنوب استان کرکوک را بمباران کردند.این در حالی است که، تکفیری‌های داعش، ۵۵ نفر دیگر را در موصل به اتهام همکاری با نیروهای امنیتی عراق اعدام کردند.

در همین رابطه،حزب الله لبنان در بیانیه‌ای جنایات وحشیانه داعش علیه شهروندان عراقی را که در آن از بدترین روش‌های قتل استفاده شده است، محکوم کرد:در تحولی دیگر،یک خودروی فلسطینی‌تبار شده در منطقه «الشعم» در شمال شرق بغداد منفجر شد که پنج کشته و ۷ زخمی برجا گذاشت.

#### فروش نان آزادی

سرویس خارجی: دبیرکل سازمان ملل متحد اعلام کرد، مخالفه اعزام کشتی کمک رسان به غزه موسوم به «ناناگ آزاد۱» است که قصد دارند اقدام اسرائیل در محاصره نوار غزه را به چالش بکشند. بان کی مون گفت: معتمد این اقدام به تسهیل شرایط وخیم فلسطینی‌تبار تحت محاصره کیم نمی‌کند. وی مدعی شد: از کابینه اسرائیل می‌خواهم محاصره غزه را لغو کند.

بان کی مون اظهار داشت: حال «مانوئل نخسونه» سخنگوی وزارت خارجه رژیم صهیونیستی، مدارک از جنایت‌های جنگی رژیم صهیونیستی علیه ملت فلسطین را منتشر شده است. بان کی مون گفت: رژیم صهیونیستی در بیان کفری و تجاوزات این رژیم علیه اسرای فلسطینی در زندان‌های صهیونیستی

در تحولی دیگر تشکیلات خودگردان فلسطیننخستین اسنادو مدارک از جنایت‌های جنگی رژیم صهیونیستی علیه ملت فلسطین را منتشر شده است. بان کی مون گفت: رژیم صهیونیستی در بیان کفری و تجاوزات این رژیم علیه اسرای فلسطینی در زندان‌های صهیونیستی

#### کمیته آتی سمن‌المنی چپان

**حمله تروریستی داعش به شهر «سوسه» تونس** با ۲۷ کشته فارس: حمله تروریستی داعش به دو هتل شهر سوسه تونس ۲۷ کشته و شش زخمی بر جا گذاشت. شاهان عینی اعلام کردند که این انفجار در منطقه «القضاوی» سوسه صورت گرفت. نیروهای امنیتی تونس به سرعت وارد عمل شده و با عناصر مهاجم درگیر شده وبه تبادل آتش پرداختند که در جریان این درگیری یک تروریست کشته شد. هویت و تابعیت گردشگرانی که در این حمله کشته یا زخمی شده‌اند، مشخص نشده است.

**«پریماکف» سیاستمدار بر جسته روس درگذشت**
پاریس: یوگنی پریماکف، نخست وزیر پیشین روسیه و از کارشناسان برجسته امور خاورمیانه در سن ۸۶ سالگی درگذشت. پریماکف در سال ۱۹۹۸ برای مدت کوتاهی نخست وزیر روسیه و پیش از آن هم مدتی وزیر خارجه این کشور بود. در دوره شوروی (سابق)، پریماکف ریاست سازمان امنیت کشور موسوم به «کاب‌پ» را برعهده داشت و در این دوره همچنین چند سال نیز رئیس انستیتو شرق شناسی روسیه در مسکو بود. پریماکف در انتخابات ریاست جمهوری سال ۱۹۹۹ شرکت کرد ولی پیش از برگزاری انتخابات انصراف خود را اعلام کرد و ولادیمیر پوتین به ریاست جمهوری این کشور برگزیده شد. پوتین پس از دستیابی به قدرت، پریماکف را به عنوان مشاور و متحد سیاسی خود برگزید.

**تروریست های قفقاز شمالی با داعش همپیمان شدند**
پاریس: تروریست‌های مسلح در چهار جمهوری «داغستان، چچن، اینگوشتنیا و کاباردینو» در قفقاز شمالی که بخشی از خاک روسیه است، با تکفیری‌های داعش اعلام همپیمانی کردند: امری که با استقبال داعش روبرو شد. افراد مسلح مذکور در فایلی صوتی در اینترنت اعلام کردند که با «بولکر البغدادی» سرکرده داعش اعلام همپیمانی می‌کنند و تأکید کردند که در این خصوص میان آنها اختلافی نیست.

**عامل بمبگذاری بوستون رسما به اعدام محکوم شد**
پاریس: «جوهر سارانیف» که به بمبگذاری سوی دادگاهی در آمریکا به اعدام محکوم شد. سارانیف متهم است که دو سال قبل به همراه برادرش «تیمور لنگ سارانیف» در جریان مسابقه دو ماراتن بوستون بمبگذاری کرده بود که برادرش همان جا بر اثر شلیک پلیس کشته شد. سارانیف پیش از این در اردیبهشت اسمال در دادگاه بوی به اعدام محکوم شده بود که حکم وی دو روز پیش رسماً تأیید شد و قابل اجرا است.

**انتقاد غفوی بین الملل از نقض حقوق بشر در آمریکا**
ایسن: سازمان غفو بین‌الملل با انتقاد شدید از سیاست‌های ایالات متحده در زمینه مسائل امنیتی، این کشور را به نقض حقوق بشر و قوانین بین‌المللی و انسانی با دافیه افزایش سطح امنیت ملی این کشور متهم کرد. غفو بین‌الملل از دولت آمریکا خواست ششجه و قتل متخلفان بازداشت‌های خود را متوقف کند و تحقیقات شفافی را در زمینه کشته شدن دهها غیرنظامی در حملات پهپادهای آمریکا در یمن و پاکستان انجام دهد. خبر دیگر از آمریکا کشته دیوان عالی آمریکا از تداوم قانون نظام خدمات درمانی باراک اوباما، رئیس‌جمهوری این کشور حمایت کرد که بر اساس آن، مردم در ۵۰ رأیالت آمریکا می‌توانند از مزایای نظام خدمات درمانی دولتی استفاده کنند.

**محروریت «سوچی» از هنرمندی در انتخابات ریاست جمهوری ماینامر**
ایسن: پارلمان ماینامر حاضر نشد مدامی از قانن اساسی را که نامردی آنگ سان سوچی برای پست ریاست جمهوری را منع می‌کند، لغو کند. بدین ترتیب راه سوچی برای شرکت در رقابت‌های انتخاباتی بسته شد. دلیل این که آنگ سان سوچی، چهره منتقد سیاسی معروف ماینامر و نماینده پارلمان این کشور می‌تواند برای ریاست جمهوری نامزد شود این است که همسر وی یک همسریتی است و فرزندانش تابعیت ماینامر را ندارند. طبق قانون اساسی این کشور، شخصی که همسرش تبعه مایمار نباشد و فرزندانش هم تابعیت این کشور را نداشته باشند، نمی‌تواند به عنوان نامزد ریاست جمهوری در انتخابات شرکت کند.

**اعتراضات در ارمنستان وارد هشتمین روز شد**
ایسن:اعتراضات خیابانی در پایتخت ارمنستان در اعتراض به افزایش قیمت برق با حضور هزاران تن و بهرمق اقدامات پلیس ضدشورش و وارد هشتمین روز خود شد. معترضان در ایروان با حضور در خیابان‌ها سعی داشتند به سمت انگار سترگ سرکسیان، رئیس‌جمهوری ارمنستان بروند که با اقامت پلیس ضدشورش که با استفاده از خودروهای آبپاش قصد متفرق کردن آنان را داشت، روبرو شدند. با این حال پس از آن، معترضان به سرعت به خیابان‌ها بازگشتند.

#### پوتین:داعش در ۲۵ ولایت افغانستان حضور دارد

سرویس خارجی:رئیس‌جمهوری روسیه نسبت به خطر حضور گسترده نیروهای داعش در افغانستان ابراز نگرانی کرد.پوتین در حامد کرزی رئیس‌جمهوری پیشین افغانستان در مسکو، نسبت به گسترش فعالیت گروه‌های تروریستی طالبان و داعش در افغانستان هشدار داد و گفت:طالبان و فاعل است و بخش‌های قابل توجهی از خاک افغانستان را کنترل می‌کند. اما سساله نگران کنند، فعالیت پایتخته داعش و تحکیم موقعیت آن‌ها در افغانستان است. به باور من داعش در ۲۵ولایت از ۳۴ ولایت افغانستان حضور دارد. کرزی در این دیدار، داعش را پدیده متفاوت و بی ارتباط با افغانستان توصیف کرد و گفت: داعش یک مسئله کاملاً جداست. آن‌ها ما نیستند و هیچ ریشه‌ای در افغانستان ندارند. بدون شک، ظهور برق اسای آنان متکی به حمایت قدرتهای خارجی بوده است.در این حال،مقام‌های محلی در شرق افغانستان تأکید کرده‌اند که گروه طالبان بخش واثت وایکل در ولایت نورستان را به تصرف خود درآورده است. از طرفی، پاکستان دست داشتن در حمله تروریستی به پارلمان افغانستان را رد کرد. سخنگوی وزارت امور خارجه پاکستان با رد اتهام افغانستان علیه «آی اس ای» در زمینه حمله به پارلمان این کشور گفت که طرح اینکه اتهامات تلاش برخی جریانات برای به چالش کشیدن روابط دو کشور است.

### بان کی مون در اقدامی جانبدارانه خواستار لغو سفر کشتی نجات به غزه شد

طرف فلسطین برای مهم کردن اسرائیل به جنایات جنگی نتایج (هروزه)آغاز شود. «اریاض المالکی» وزیر خارجه فلسطین اعلام کرد پس از دیدار با دادستان دیوان کفبری بین المللی،پرونده‌هایی از جنایت‌های رژیم صهیونیستی علیه ملت فلسطین،حضورکسانی در رژیم در اراضی اشغالی فلسطین و تجاوزات این رژیم علیه اسرای فلسطینی در زندان‌های صهیونیستی

در مسورد جنایت‌های این رژیم به ویژه علیه مردم غزه در جنگ (هروزه)آغاز شود. «اریاض المالکی» وزیر خارجه فلسطین اعلام کرد پس از دیدار با دادستان دیوان کفبری بین المللی،پرونده‌هایی از جنایت‌های رژیم صهیونیستی علیه ملت فلسطین،حضورکسانی در رژیم در اراضی اشغالی فلسطین و تجاوزات این رژیم علیه اسرای فلسطینی در زندان‌های صهیونیستی

سازمان یافته حقوق بشر خواندند. درتحولی دیگر کلیسای واترکین اولین معاهده رسمی خود را با دولت فلسطین امضا کرد که هدف آن از اقدام را «به واقعیت تبدیل شدن راه حل دو دولت» خواند.

### بقیه از صفحه اول

حال ادای نماز جمعه – مسجد و عامل انتحاری در کتخت آخر به بوجداد و عمل شد و در حالی که فریاد «ان الله مع الصابرين» سسر می‌داد خود را منفجر ساخت. گفته می‌شود یک تبعه سعودی عامل این حمله تروریستی بود. پس از این حمله تروریستی، «صبح احمد جابر الصباح»، امیر کویت در محل انفجار حاضر شد تا از نزدیک در جریان جزئیات حادثه قرار گیرد. همچنین در پی این حمله تروریستی، تمامی بیمارستان‌های کویت به حالت آماده‌باش درآمدند و بانک خون به ایسن مرکز مراجعه کنند. گروه تروریستی داعش مسئولیت این انفجار را بر عهده گرفت و اسمم فرد انتحاری «ابولسلمانالموحده اعلام کرد، همچنین در پی وقوع این حمله، شورای وزیران کویت برای بررسی پیامدهای آن جلسه فوق العاده برگزار کرد. در خبری دیگر،، مرضیه افخم، سخنگوی وزارت خارجه کشورامان حمله تروریستی به مسجد امام صادق کویت را که منجر به کشته و زخمی شدن شماری از نمازگزاران روزه‌دار شد، به شدت محکوم کرد. وی اعلام کرد، تروریسم تکفیری همان طور که بارها جمهوری اسلامی ایران اعلام کرده است، مهم‌ترین تهدید ملت‌های منطقه است

و برای مقابله با این تهدید، دولت‌های منطقه باید مبارزه جدی با این پدیده است. منابع تغذیه مالی و فکری آنها را در اولویت سیاست‌های امنیتی خود قرار دهند و سازوکارهای جمعی منطقه‌ای را برای ریشه کن کردن آن هر چه سریع‌تر بشکال دهند. در خبری دیگر، نماینده شیعه پارلمان کویت دربی توهمین یکی از نمایندگان احل سنت این پارلمان به مذهب تشیع استعفا کرد.

**بحرین**
دبیرکل سازمان ملل متحد، بان‌گزری در حکم زندان شیخ علی سلمان، دبیرکل جمعیت وفاق ملی اسلامی بحرین و برگزاری مذاکرات جامع برای حل بحران بین‌کشوری را خواستار شد. بان‌کی‌مون همچنین حل مشکلات سیاسی بحرین را بر اساس عدالت و گفتگوی سیاسی جامع خواستار شد. استنکان دوکاریک سخنگوی رسمی بان کی مون گفت: دبیر کل سازمان ملل متحد نسبت به حکم زندان رئیس بزرگ ترین جمعیت مخالف بحرین نگران است و مقامات بحرین را تشویق می کند تا اجازه بدهند شیخ علی سلمان از حق خود برای استیناف حکم و تضمین محاکمه عادلانه بهره مند شود.

در این میان، شیخ جهانی دفاع از آزادی بیان، مرکز حقوق و مددکاری بحرین، سازمان آمریکایی‌ها برای همکاری و حقوق بشر،دبیرحرین و مرکز حقوق بشر بحرین، صدور حکم چهار زن و زندان برای شیخ «علی سلمان» دبیر



قرار مردم کوبانی سوریه به مرز ترکیه در پی حملات وحشیانه داعش

جمع آوری با کمک به آنها را ندارند. تحقیقات اولیه کردها نشان می‌دهد که عناصر داعش لباس ایاس ارتش آزاد سوریه که با کردها همپیمان است توانستند خود را به کوبانی برسانند و در بخش‌هایی از شهر موضع بگیرند. کردها همچنین دولت ترکیه را متهم می‌کنند که به اعضای داعش اجازه داده تا از طریق خاک ترکیه وارد کوبانی شوند. گفته می‌شود نیروهای داعش در بخش‌هایی از کوبانی محاصره و تعدادی از اعضای این گروه در درگیری‌ها کشته شده‌اند و برخی نیز با عملیات انتحاری به مقابله با نیروهای کرد پرداخته‌اند. شمایل بارزانی، رئیس اقلیم کردستان عراق در پی این حادثه از جامعه جهانی و ائتلاف بین‌المللی ضد داعش خواست که کمک‌های خود به کوبانی بدهد. داعش در مناطق کردنشین خود در این حال یکک نماینده حزب جمهوریخواه خلق ترکیه با اشاره به نقش محرب این کشور در نفوذ تروریست‌های داعش به شهر کوبانی سوریه، حمایت حزب «عدالت و توسعه» از تروریست‌ها را لکه ننگی بر پیشانی آنکارا توصیف کرد. «احمد حسن» نماینده ترکیه در مسئولان دولت ترکیه تروریست‌های داعش را بار دیگر به کوبانی رساندند. وی گفت: گروه‌ک تروریستی داعش از طریق ترکیه وارد کوبانی شد و این

حمله جنگنده های ارتش سعودی به یک بازار شلوغ در شهر الحزم در مرکز استان جوف در شمال یمن به کشته شدن دست کم ۱۰ غیرنظامی انجامید. در این

نتیجه اشغال عراق و تخریب این کشور به دست آمریکا و انگلیس به وجود آمد. در این حال، کمیته سازمان دیدبان حقوق بشر در بیانیه خود عربستان را عامل اصلی راکشی در کار این سازمان در یمن دانست و از جلوگیری اعزام دیدبان به یمن توسط عربستان خبر داد.

روسیه به تمامی تعهداتش طبق توافقات مینسک تأکید کرد که ششمال خروج تمامی نیروها و تجهیزات روسیه از خاک اوکراین می‌شود. در چنین شرایطی معاون وزیر دفاع آمریکا گفت، روسیه با قدرت‌نمایی هسته‌ای در حال بازی با آتش است و آمریکا مصمم است نگاردار مسکو با نقض معاهده قدرت هسته‌ای میان‌برد، به دستاورد نظامی چشمگیری دست یابد.

این درحالی است که دبیرکل ناتو در موضعگیری جدیدی با بیان اینکه قصد رقابت

### قتل عام کردها در سوریه و شیعیان در کویت

به شهر درعا در جنوب سوریه با هوشیاری نیروهای ارتش ناکام ماند. طرفی نیروهای کرد سوریه دعا کردند که موفق به دستگیری سه نیروی ویژه ترکیه‌ای در جریان حمله داعش به شهر کوبانی شده‌اند.

این درحالی است که رجب طیب اردوغان رئیس‌جمهوری ترکیه در واکنش به اخبار مربوط به عبور تروریست‌های

به مناطقی از شهر ادامه دارد. بنا بر اعلام این نهاد حقوق بشری که مقر آن در لندن قرار دارد، قتل عامی که داعش در کوبانی به راه انداخته دومین جنایت بزرگ این گروه در حق غیر نظامیان در سوریه محسوب می‌شود که داعش تاکنون انجام داده است.شمار دهها تن نیز در خانه‌ها و مناطقی که داعش وارد آنها شده‌است رها شده و نیروهای اردک رسان امکان

المیادین سوریه ۲۲ زن ایزدی را به فروش رساند. طبق گزارش دیدبان حقوق بشر سوریه، گروه تروریستی داعش در یکی از مراکز خود در شهر المیادین در حومه شرقی دیرالزور سوریه، ۲۲ زن را محاصره نوار غزه را به چالش آورد. با مالکسی در حدود ۵۰۰ ۲۰۰۰ دلار به فروش رساند. این درحالی است که سرشونت کردکانی که همراه با این زنان ربوده شده‌اند، نامشخص است. در این حال دبیرکل سازمان ملل در سخنانی خوانان اقدام فوری شورای امنیت درخصوص رسیدگی به اوضاع اسفبار انسانی در سوریه شد. بان کی مون افزود: عدم اقدام جدی در مورد اوضاع انسانی سوریه، این کشور را بیشتر به سمت آشوب پیش برده و واردخورداری از آینده درخشان محروم خواهد کرد. در چنین شرایطی آمریکا با شماری از مقامات معارضان سوریه را در فهرست سیاه تروریسم قرار داد و اعلام کرد به خاطر احتمال مشارکت معارضان خارج نشوال سوری در فعالیت‌های تروریستی، این افراد حق ندارند وارد خاک آمریکا شوند. از طرفی حسین امیرعبداللّهان معاون عربی و آفریقایی وزارت امور خارجه کشورمان با بیان اینکه هیچ تغییری در سیاست مشترک ایران و روسیه در حمایت از سوریه رخ نداده است، گفت: تهران و مسکو به حمایت‌های موثر خود از سوریه در مبارزه با تروریسم ادامه می‌دهند.

در این حال معاون شورای امنیت ملی روسیه گفت: با سقوط سوریه، عربستان جولانگاه داعش می‌شود. یوگنی لورکیناف افزود: عربستان و دیگر کشورهای عرب حاشیه خلیج فارس بایدانند که در صورت سقوط دولت سوریه، آن‌ها مقصد بعدی تروریست ها خواهند بود. روسیه گفت: با سقوط سوریه، عربستان جولانگاه داعش می‌شود. یوگنی لورکیناف افزود: عربستان و دیگر کشورهای عرب حاشیه خلیج فارس بایدانند که در صورت سقوط دولت سوریه، آن‌ها مقصد بعدی تروریست‌های تکفیری جبهه النصره



امام علی (ع):

خوشا به حال آن کس که پرداختن به عیب خویش، وی را از عیب دیگران باز دارد

نهیج البلاغه

# خانواده

شنبه ۶ تیر ۱۳۹۴  
سال هشتاد و نهم - شماره ۲۶۱۹۰ ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

دوستی های ظاهرا معمولی

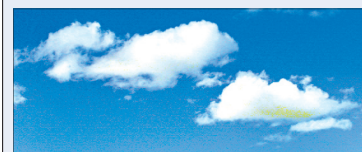


تعریف سنتی و کلی «خیانت» نقض تعهد جنسی زن یا مرد در رابطه زناشویی است. به این معنای مرسوم که: وارد رابطه جنسی دیگری شوید در حالی که از نظر اخلاقی به یک نفر متعهد هستید. اما در چند دهه اخیر معنای خیانت بسیار تغییر کرده است. همه خیانت ها جنسی نیست.

خیانت عاطفی هر نوع ناسپاسی و شکستن تعهد در اندیشه و احساس است. با پیشرفت های روزانه فناوری ها، خیانت معنای گسترده ای یافته است. درگیری فکری و عاطفی با یک فرد جدید نیز یک نوع ناسپاسی و نقض تعهد است. صمیمیت و رابطه بسیار نزدیک حتی از طریق گوشی های همراه، برقراری هر نوع رابطه صمیمی خارج از رابطه با همسر در حالی که شریک زندگی از آن باخبر نیست همگی انواعی از ناسپاسی است.

در صفحه ۶ بخوانید

۰۰۰ پیک تنگه آسمان



ای خداوند

در این ماه ما را موفق دار که به خوشاوندانمان نیکی کنیم و به دیدارشان بشتابیم و همسایگانمان را به بخشش و عطای خویش بنوازیم و اموالمان را از هر چه به ناحق بر آن افزوده ایم پیراسته داریم و با ادای زکات پاکیزه گردانیم و با آنان که از ما گسیخته اند پیوندیم و با آن که در حق ما ستمی روا داشته به مقتضای انصاف رفتار کنیم و با آن که با ما دشمنی ورزیده دوستی کنیم، جز آن کسان که به خاطر رضای تو با آنان دشمن شده ایم، که با چنین دشمنی هیچ گاه سخن از دوستی نگوییم و همدل نشویم.

ای خداوند، در این ماه ما را توفیق ده که به کردارهای پسندیده به تو تقرب جویم، آن سان که ما را از گناهان پاک داری و از بازگشت به اعمال ناشایست ننگه داری، تا هیچ یک از ملائکه تو طاعتی به درگاهت نیاورد جز آنکه از طاعت ما کمتر باشد و در تقرب به پایه تقرب ما نرسد.

دعای چهل و چهارم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید  
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده  
ایمیل ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات (وبژه خوانندگان)  
khanevadeh @ etteleat.com  
شماره تماس: ۲۹۹۹۴۵۸۱

۰۰۰ قاپ دهانه

## بازی یک نیاز کوه کانه

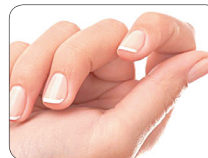


صفحه ۷



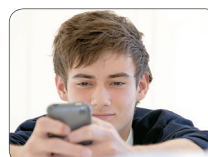
پیشنهاد سرآشپز: رول مرغ سوخاری

صفحه ۲



ناخن ها چه هشداری می دهند؟

صفحه ۵



این پنج اشتباه حق نوجوان است

صفحه ۷



همسران شبیه هم می شوند

صفحه ۶

۰۰۰ پشچرخه

### شتر دیدی ندیدی

مردی در صحرا بدنبال شترش می گشت تا اینکه به پسر با هوشی برخورد. سراغ شتر را از او گرفت.

پسر گفت: شترت یک چشمش کور بود؟ مرد گفت: بله.

پسر پرسید: آیا یک طرف بار شیرین و طرف دیگرش ترش بود؟ مرد گفت: بله.

حالا بگو شتر کجاست؟ پسر گفت من شتری ندیدم.

مرد ناراحت شد و فکر کرد که شاید این پسر بلایی سر شتر او آورده و پسرک را نزد قاضی برد و ماجرا را برای قاضی تعریف کرد. قاضی از پسر پرسید: اگر تو شتر را ندیدی چطور مشخصات او را درست داده ای؟

پسرک گفت: در راه، روی خاک اثر پای شتری دیدم که فقط سبزه های یک طرف را خورده بود. فهمیدم که شاید شتر یک چشمش کور بود. بعد دیدم در یک طرف راه مگس بیشتر است و یک طرف دیگر پشه بیشتر است و چون مگس شیرینی دوست دارد و پشه ترشی را، نتیجه گرفتم که شاید یک لنگه بار شتر شیرینی و یک لنگه دیگر ترشی بوده است.

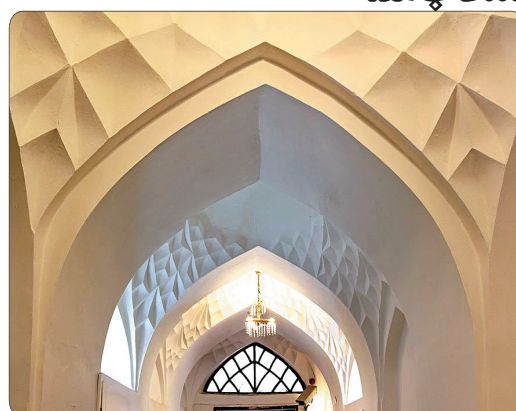
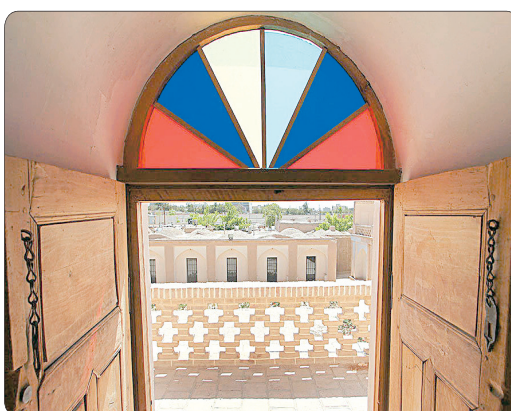
قاضی از هوش پسرک خوشش آمد و گفت: درست است که تو بی گناهی ولی زیانت باعث درسرت شد. پس از این به بعد شتر دیدی، ندیدی!

### روزی کارگر

مردی سرپرستی مادر، همسر و فرزندش را برعهده داشت و نزد اربابی کار می کرد، وی در کارش اخلاص داشت و کارها را به بهترین شکل ممکن انجام می داد.

یک روز او سر کار نرفت. به همین علت اربابش با خود گفت: باید من یک دینار زیاده تر به او بدهم تا او دیگر غیبت نکند. زیرا حتماً به خاطر درخواست افزایش دستمزدش غیبت کرده است. وقتی که در روز بعد سرکارش حاضر شد ارباب حقوقش را به او داد و دیناری هم به آن اضافه کرد. کارگر چیزی نگفت و از اربابش تشکر کرد و دلیل زیاد شدن را نپرسید. بعد از مدتی کارگر بار دیگر غیبت کرد. اربابش به شدت خشمگین شد و گفت: دیناری را که برایش اضافه کرده ام کم خواهم کرد و آن را کم کرد... و کارگر باز هم چیزی نگفت و علت این کار را از او نپرسید.

پس اربابش از عکس العمل او تعجب کرد به همین علت به او گفت: حقوقت را زیاد کردم چیزی نگفتی، آن را کم کردم باز چیزی نگفتی! کارگر گفت: هنگامی که بار اول غیبت کردم خدا فرزند را به من داد و برای همین غیبت کردم و زمانی که با افزایش حقوق به من پاداش دادی گفتم این روزی فرزندم بوده که با او آمده است. و هنگامی که برای بار دوم غیبت کردم مادرم مرد و چون یک دینار از حقوقم کم شد گفتم این روزیش بوده، که با رفتنش رفته است.



▲ عمارت و باغ اکبریه در بیرجند / عکس ها: مهر



که در قرائت قرآن تبحر دارند دعوت می‌کنند و هنگام خواندن قرآن مقداری نمک، چند قرص نان و چند ظرف آب در سینی بزرگی می‌گذارند و در مجلس قرار می‌دهند. پس از خواندن سوره انعام، افراد روزه خود را با غذاهایی که در سینی قرار دارد باز می‌کنند و نان‌های باقی‌مانده را به‌عنوان تبرک در سفره نان قرار می‌دهند تا برکت پیدا کند و در ادامه صاحب مجلس سفره افطار را پهن می‌کند. کسانی که در مازندران برای نخستین بار به سن تکلیف می‌رسند و روزه می‌گیرند تا زمانی که از جانب بزرگ‌ترها به‌عنوان روزه‌سری هدیه‌ای نگیرند، افطار نمی‌کنند. معمولاً این هدایا شامل چادر نماز و طلاجات برای دختران، پسول و انواع نقره‌جات قدیمی برای پسران است.

#### نان کاکولی و بوخادر چهارمحال و بختیاری

مردم روستای شهرستان سامان استان چهارمحال و بختیاری قبل از ورود به ماه مبارک رمضان و زمانی که می‌خواهند به استقبال ماه مبارک رمضان بروند نذری خاصی به نام «بوخا» می‌پزند. نان بوخا توسط زنان روستایی در منازل تهیه می‌شود شامل نان و شیرهای است که از شیر انگور، گردو، بادام روغن حیوانی و در اصل از محصولات مردم تهیه و در بین تمامی اهالی روستا توزیع می‌شود. کاکولی پزون رسمی قدیمی در استان چهارمحال و بختیاری است. کاکولی نوعی نان است که خمیرش از شیر، آرد و خشکبار (گردو، کشمش، بادام) تشکیل شده و برای پخت بر روی این نان زرده تخم مرغ، گلرنگ، زعفران، زیره و... زده می‌شود و در تنور پخت می‌شود. زنان استان چهارمحال و بختیاری، بیشتر به صورت گروهی کاکولی می‌پزند و بین مردم پخش می‌کنند.

#### دم سحری در بوشهر

در بوشهر سنت قدیمی «دم سحری» اجرا می‌شود. در این رسم معمولاً سه تا چهار نفر درحالی که یکی از آنها چراغ فانوسی به دست دارد و دیگری دمام، به صورت گروهی اشعاری در وصف ماه رمضان می‌خوانند.

«گلی گشو»، «گره گشو» یا «گره گشای» هم یکی دیگر از آداب بوشهری‌هاست که در شب ۱۵ ماه مبارک رمضان در میان اهالی مرسوم است.

در این شب که مصادف با میلاد حضرت امام حسن مجتبی (ع) است، دسته‌های مختلف که عمده آنان از بچه‌های فقیر تشکیل می‌شود با در دست داشتن کیسه و سردادن جملاتی نظیر «گره گشو سرت بشسور، با آرد شو» اهالی را از آمدن خود به منازل خبر می‌دهند. مردم نیز باریختن برنج، گندم، شکلات و تنقلات دیگر در کیسه‌هایشان با هدف گشوده شدن مشکلات از آنان پذیرایی می‌کنند.

هدایا یا پول است یا یک خوردنی مانند گردو، کشمش، خرما، بادام، هلو و زردآلو.

#### روز والون برای عروسان شیرازی

شیرازی‌ها در آخرین جمعه ماه شعبان به مراسم «کلوخ‌اندازان» می‌روند. در این روز رسم

ماه است. با این رسم بزرگترها به دختران و پسرای که به سن تکلیف رسیده و برای اولین بار روزه می‌گیرند، هدیه می‌دهند.

کلید زنی و الله رمضونی هم از آداب پرترفدار کرمانی‌ها در این ایام است. در کلید زنی، دختران داخل یک سینی، آینه، سرمه‌دان و یک جلد کلام‌الله

### شهرهای مختلف کشور چه آدابی در ماه صیام دارند؟

## رسوم رنگارنگ رمضان در ایران



معجید قرار داده و به منازل اهل محل می‌رود و در حالی که صورت خود را با چادر پوشانده با کلید به سینی می‌زند. صاحبخانه پس از گشودن در، آینه داخل سینی را برمی‌دارد و چهره خود را می‌نگرد، سپس مقداری شیرینی، قند یا پول داخل سینی قرار می‌دهد. کلید زن تا آخر این مراسم و برای اینکه شناخته نشود، حرف نمی‌زند. معمولاً در پایان کلید زنی، خوراکی‌ها یا پول جمع‌آوری شده را به مستمندان می‌دهند.

«الله رمضانی» هم یکی از سرگرمی‌های بچه‌ها و جوانان در شب‌های ماه رمضان است که البته به جز کرمان در یزد، مشهد، بیرجند، بجنورد، تربت جام و بعضی شهرهای استان فارس و گرگان هم برگزار می‌شود. برای اجرای رسم «الله رمضانی» جوانان و بچه‌های هر محله با تشکیل گروه‌های پنج تا ده نفره از شب یکم ماه رمضان پس از افطار به در خانه‌ها می‌روند و اشعار «الله رمضانی» که درباره این ماه است، می‌خوانند. هر گروه از میان خود یک استاد و یک انباردار انتخاب می‌کنند. وظیفه استاد، رهبری گروه و وظیفه انباردار جمع‌آوری هدیه‌هاست.

#### • یگانه خدای

ماه رمضان همیشه با شور و حال خاصی همراه بوده و هست. علاوه بر آدابی که معمولاً تمام مسلمانان در ماه رمضان رعایت می‌کنند، ایران و شهرهای مختلف آن هر کدام رسوم مختلف و متنوعی برای این ماه پربرکت دارند. رسومی که ریشه در اقلیم، باورها و سنت‌های هر شهر و قوم دارد و بسیار هم قدیمی است.

با هم بعضی از آداب و رسوم جالب مردم شهرهای مختلف کشور را در ماه مبارک رمضان مرور می‌کنیم.

#### برکت سوره توحید در یزد

یزد به دار العباده معروف است. شهری با مردمی مومن و معتقد. یزدی‌ها در این ماه وقت بیشتری برای تلاوت قرآن می‌گذارند و برای آن آداب خاصی هم دارند. هر کدام از زنان و مردان یزدی خانه یا مسجدی که می‌خواهد در آن قرآن را ختم کند، از ابتدای ماه رمضان مشخص می‌کند. بعد از آن یک جای مخصوص و ثابت برای خود مد نظر می‌گیرد و مانند بسیاری از مردم ایران، هر روز یک جز از قرآن را می‌خواند.

یزدی‌ها اعتقاد دارند که در جلسات ختم قرآن مجید در طول ماه مبارک رمضان در پایان، سوره توحید به هر کسی برسد در کارش گشایش و زندگی اش توأم با خیر و برکت در طول سال خواهد بود.

#### پیراهن فاطمه (س) در آذربایجان

در آذربایجان شرقی دو سنت «قاباخلاما» و «کیسه‌دوزی» بسیار جدی برگزار می‌شود. برای اجرای سنت کیسه‌دوزی در آخرین جمعه ماه رمضان، زنان و دختران جمع می‌شوند و هر خانواده برای خود کیسه‌ای می‌دوزد. بعد مقداری پول در این کیسه‌ها می‌گذارند، بر آن دعا می‌خوانند، فوت می‌کنند و آن را تا سال دیگر در صندوقچه خود نگاه می‌دارند. این کیسه را «برکت کیسه سی» یا کیسه برکت می‌نامند و اعتقاد دارند با این کار هرگز دچار فقر و بی‌پولی نخواهند شد. در برخی از روستاهای آذربایجان شرقی، در روز جمعه آخر ماه رمضان، زنانی که بچه دار نمی‌شوند، عصر به مسجد می‌روند و دو رکعت نماز حاجت می‌خوانند و بعد از مسجد خارج می‌شوند و به منزل هفت زن که اسم آنها فاطمه است، می‌روند و از هر کدام یک تکه پارچه می‌گیرند. آنها از این پارچه‌ها پیراهنی بچه گانه به نام «پیراهن فاطمه» می‌دوزند و نزد خود نگاه می‌دارند و عقیده دارند تا ماه رمضان سال آینده حتماً بچه دار خواهند شد.

#### از سر روزه‌ای تا الله رمضونی در کرمانی

«سرروزه‌ای» یکی از رسوم کرمانی‌ها در این

### تئاتر

#### بیست و هفت واگن پر از پنبه

تا ۱۲ تیرماه فرصت دارید سری به تماشاخانه سه‌قطه و سالن استاد رکن‌الدین خسروی بزنید و نمایش «بیست و هفت واگن پر از پنبه» را در ساعت ۲۰ تماشا کنید. این نمایش که بر اساس نمایشنامه‌ای از تنسی ویلیامز ساخته شده، کاری است به کارگردانی حمیدرضا فراهانی که بازیگرانی مثل نغمه رضایی، حمیدرضا فراهانی، بهنام



چاریبی در آن نقش آفرینی می‌کنند. نمایش «بیست و هفت واگن پر از پنبه» پس از انقلاب اسلامی تا به حال اجرای رسمی و حرفه‌ای نداشته و البته اکنون تماشای آن برای افراد زیر ۱۸ سال ممنوع است.

بیست و هفت واگن پر از پنبه روایتگر داستان مردی است که زمین‌های کشاورزی پنبه دارد اما دولت کشاورزان را به بردگی می‌گیرد و اجازه نمی‌دهد که برای خود کشاورزی کنند. این مسئله فشار زیادی به اهالی منطقه وارد می‌کند و باعث می‌شود قهرمان داستان مقابل عاملان این اتفاق ایستادگی کند تا حدی که خانواده خود را در این راه فدا می‌کند. بلیط این نمایش ۱۵ هزار تومان قیمت دارد.

### سینما

#### پنج تا پنج

فیلم سینمایی پنج تا پنج یکی از تازه‌های اکران است که به کارگردانی تارا اوتادی ساخته شده و در آن رضا کیانیان، شمس لنگرودی، تورج نصر، محمدعلی دیباج، علی‌اصغر شهبازی نقش آفرینی می‌کنند. فیلم سینمایی پنج تا پنج داستان مردی را از ساعت پنج عصر تا پنج صبح روایت می‌کند که اتومبیلش در جاده‌ای دور افتاده دچار سانحه‌ای شده و او به ناچار مجبور می‌شود آن شب را در منزل چهار پیرمرد به صبح برساند. پیرمردان شرط اقامت مرد در آن خانه را حضور وی در بازی معمول خود دانسته از وی می‌خواهند در بازی‌شان شرکت کند.



مرد پس از مخالفت اولیه و کش و قوس‌های فراوان به اجبار شرط را پذیرفته با آنها وارد بازی می‌شود. تهیه‌کننده و مشاور کارگردان این فیلم سعید اسدی است و فیلمنامه آن اثری اقتباسی از نمایشنامه «پنجره» نوشته فردریش دورنمات از کشور آلمان است که اولین بار توسط استاد گرانقدر تئاتر، زنده یاد حمید سمندریان به فارسی ترجمه شده است.

### پیشنهاد هفته

اگر در روزهای آینده برای تفریح‌های خانوادگی تان برنامه‌ای ندارید، شاید بد نباشد گشت و گذاری در شهر داشته باشید و سری به مراکز فرهنگی بزنید. ما برای پر کردن اوقات فراغت شما پیشنهادهایی داریم که خواندنشان خالی از لطف نیست.



اگر همراه بچه‌ها در کلاس شیطنت نکنند. می‌خندید و می‌گفت در این مورد قولی نمی‌دهم. من هم در رشته مورد علاقه‌ام در دانشگاه هنر قبول شدم و هم زمان در شرکتی معرفی به کار شدم. همه خانواده خوشحال بودند هم بخاطر هنگامه و هم بخاطر من. اما برق خوشحالی را می‌شد به وضوح در چشمان پدر دید. ششادی که بخاطر شکوفایی ثمره‌های زندگی بود و همه به آن احترام می‌گذاشتیم. آرد برای افتتاح شرکتش ما را دعوت کرده بود. از اینکه دوباره همه بچه‌ها دور هم جمع می‌شدیم خوشحال بودم. دسته گلی تهیه کردم و به همراه تابلویی از طرح لوگویی که با اسم شرکتش طراحی کرده بودم، برایش بردم. چند ماه قبل از من خواسته بود که لوگویی با اسم شرکتش برایش طراحی کنم. وقتی کار خودم را روی کارتهای تبلیغاتی و تابلو شرکتش دیدم حس خاصی داشتم که تا به حال تجربه اش نکرده بودم. آرد بارها تشکر کرد و گفت که آنقدر درگیر کارهای ثبت شرکت بوده که وقت نکرده بود خودش طرحی برای شرکت بکشد و تنها فکری که به ذهنش رسیده کمک گرفتن از من بوده است. شام مهمان آرد بودیم و به رستورانی در نزدیکی شرکت رفتیم.

سحر با شیطنت قبولی ام در دانشگاه و پیشنهاد کار در شرکت تبلیغاتی معروفی که همه وصفش را شنیده بودند را اعلام کرد. همه تبریک گفتند و فهمیدم مسعود هم رشته پژوهش هنر قبول شده است. آرد دلق شد. خیلی آرام تبریک گفت و بعد به صحبت با مسعود مشغول شد. شام در بین شوخی‌های پیام و سحر و سکوت ناگهانی آرد صرف شد. در فرصتی کنارم نشست و گفت که واقعا خوشحال است. اما چهره اش این را نشان نمی‌داد. بعد پرسید در شرکت جدید چقدر حقوق می‌گیرم. خندیدم و گفتم من بخاطر پول نمی‌خواهم کار کنم، الان بیشتر به تجربه نیاز دارم. خیالش راحت شد و گفت من می‌خواستم پیشنهاد بدهم در شرکت من کار کنی. با چند نفر که همه در کار قوی هستند شروع کردیم. خیلی هم تازه کار نیستیم، فکر کنم به امتحانش بیارزد. بعد با خنده اضافه کرد در مورد دستمزد هم به توافق می‌رسیم.

از پیشنهادش شوکه شدم. هیجان پشت صدایش را حس می‌کردم. آن قدر با امید حرف می‌زد که نتوانستم چیزی بگویم. تشکر کردم و گفتم حتما در مورد پیشنهادش فکر می‌کنم. بعد از خداحافظی، سحر ریز می‌خندید و سر به سرم می‌گذاشت. می‌گفت چرا نمی‌فهمی این پیشنهاد آرد فقط پیشنهاد کاری نیست. در دلم می‌گفتم خدا کند اینطور باشد. بعد شانه‌هایم را بالا انداختم و رو به سحر گفتم من هنوز قول همکاری به آرد ندادم. ادامه دارد

که نام کارگاهشان را عوض کنند و بگذارند: داستان‌های از شنبه تا چهارشنبه.  
رودابه کمالی

عده‌ای خانه دارند و عده‌ای دانشجوی و بعضی‌ها هر روز هفته سخت کار می‌کنند. همه شان دغدغه نوشتن دارند و همین کافیس برای این

کارگاه داستان شنبه‌ها بزرگتر شده است و فرقی نمی‌کند که عده‌ای شنبه‌ها به کلاس می‌روند در بابل و عده‌ای در تهران چهارشنبه‌ها.

## هنگامه

● فهیمه جوادی

● قسمت یازدهم



در آزمون‌های استخدامی تشویقش می‌کرد. مادر می‌ترسید که هنگامه نتواند به سهیل رسیدگی کند و می‌گفت که همین که مادر تحصیل کرده‌ای برای تربیت فرزندان هستی کافی است. اما هنگامه تنها به این راضی نبود. با مشورت‌هایی که از پدر و اساتیدش گرفته بود، تصمیم گرفت در مدرسه تدریس کند. رشته تحصیلی اش برای تدریس در درس جامعه‌شناسی مناسب بود و بالاخره با تلاش و پیگیری‌های پدر، هنگامه برای تدریس در یکی از دبیرستان‌ها معرفی شد. تابستان مصاحبه و دوره آموزشی را پشت سر گذاشت تا از مهر ماه کارش را شروع کند. از خوشحالی هنگامه خوشحال بودم. می‌دیدم که با شور و هیجان برای شروع سال تحصیلی خرید می‌کند.

مانتو شلوار ساده‌ای خریده بود و مقنعه اش را کمی جلوتر آورد و ناخن‌هایش را کمی کوتاه کرد. چهره اش شاداب و جوان بود و زیر لبخندهای موقرش هیجان و شیطنت موج صدایش را پنهان می‌کرد. به او می‌گفتم که معلم خوبی خواهد شد

می‌تواند باعث رشدشان شود و خوشبختی شان را تضمین می‌کند، وقتی دو نفر سناشان به هم نزدیک باشد خاطرات و نقاط مشترکشان زیادتر است و درک بهتری از هم دیگر خواهند داشت. هنگامه به حرف‌هایم گوش می‌داد بعد با خونسردی گفت که همه یکسان به این موضوع نگاه نمی‌کنند، چون آدم‌ها با یکدیگر متفاوتند و نیازهایشان هم فرق دارد. خیلی وقت‌ها تفاوت بیشتر از تشابه باعث استحکام یک رابطه می‌شود و خیلی وقت‌ها برعکس آن است.

به حرف‌های هنگامه فکر می‌کردم و تفاوت هنگامه و محمود. شاید حق با هنگامه بود، هیچ نسخه واحدی برای این مسله وجود ندارد. دنیای هنگامه تغییر کرده بسود. از مدتها قبل از اتمام دانشگاهش به فکر کار بود. چندین جا سپرده بود اما کارهایی که به او پیشنهاد می‌شد مرتبط با رشته تحصیلی اش نبود. سوگل سیزده ساله شده بود و سهیل به مهد کودک می‌رفت. محمود با کار کردن هنگامه مشکلی نداشت و برای شرکت

فارغ‌التحصیل شدیم و همه چیز تمام شد، اما نه کاملاً. همچنان با دوستان دانشگاهم در ارتباط بودیم و از حال هم خبردار. پیام با مریم و مسعود مشغول به کار شده بود. سحر دنبال شغل ثابت بود و بعد از مدتی دوندگی توانست در صدا و سیما کار پیدا کند.

آرد با کمک عمویش برای خودش شرکت تاسیس کرد و به دنبال سر و سامان دادن به کارهای شرکت بود. من هم که از سال قبل برای کارشناسی ارشد در رشته ارتباط تصویر آماده می‌شدم، منتظر اعلام نتایج بودم. از امتحان تئوری ام راضی بودم و منتظر جواب امتحان عملی ام بودم. طرح‌های قوی و مهارت در کار دست شرط اصلی قبولی بود و با اینکه در دانشگاه همیشه کارهایم مورد تایید اساتید بود، از نتیجه می‌ترسیدم. از طرفی بدم نمی‌آمد که در حین تحصیل جایی مشغول به کار شوم. چند نفر از اساتیدم که کارهایم را می‌شناختند قرار شد برای کار معرفی باشند. برخلاف انتظار من که فکر می‌کردم بین سحر و پیام قرار است اتفاق جدی بیفتد، این اتفاق نیفتاد.

وقتی از سحر پرس و جو می‌کردم از جواب دادن طفره می‌رفت تا اینکه یکبار که با هم بیرون رفته بودیم سر صحبت باز شد. از احساسش نسبت به پیام پرسیدم. گفت که دیگر به پیام فکر نمی‌کنم و درست است که روابطمان کمی از چارچوب دوستی فراتر رفته بود اما حالا فقط با هم دوست هستیم همین. بعد اضافه کرد پیام هم سن و سال من است و از نظر من هنوز بچه است. در ضمن من و پیام خیلی به هم شبیه هستیم و این همه شباهت خوب نیست. گاهی تفاوت باعث می‌شود دو نفر مکمل هم باشند.

با اینکه با سحر موافق نبودم چیزی نگفتم. غروب آن روز به خانه هنگامه رفتم ماجرا را برایش تعریف کردم و گفتم به نظر من تشابه دو نفر

کتاب

### مرد لاابالی بادکنک قرمز را سوراخ می‌کند

رمان «مرد لاابالی بادکنک قرمز را سوراخ می‌کند» نوشته علیرضا اجلی است که توسط نشر چشمه منتشر و روانه بازار شده است. «مرد لاابالی» شخصیت اصلی این رمان نمونه



بارز دیکتاتوریست که دوره‌اش به سر آمده و بادکنک قرمز نماد مردم جامعه‌ایست که تمام ارزش‌هایش رو به پایان است. داستان از جایی آغاز می‌شود که راوی از دفتر «آمارشیت‌های محدب» اخراج و خانه‌نشین می‌شود، یک روز به جایی نامعلوم سفر می‌کند و به شهر بادکنک قرمز می‌رود. در این شهر برای ملاقات با مرد لاابالی خودش، خودش را می‌کشد. مرد لاابالی را می‌بیند و دوباره به خانه‌اش منتقل می‌شود. در ادامه داستان راوی را در شهر بادکنک قرمز می‌بینیم که در آن‌جا شروع به جاسوسی می‌کند. این رمان انتزاعی درباره تکه‌پاره کردن قدرت سیاسی و اجتماعی است. نبرد قدرت و فرد به عنوان توهمی شکل می‌گیرد و در ذهن راوی رشد می‌کند، کامل می‌شود و به نوعی مسخره رخ می‌دهد. این کتاب در ۲۰۹ صفحه و با قیمت ۱۵۰۰۰ تومان منتشر شده است.

موزه

### موزه فرش اردکان

موزه فرش اردکان در سال ۱۳۸۸ ساخته شد تا گوشه‌ای از هنر صنعت فرش بافی مردم اردکان به نمایش درآید. در این موزه بخش‌های مختلف چرخه صنعت قالی بافی به نمایش گذاشته شده و از روند ایجاد



دار قالی گرفته تا صنعت رنگرزی و پنبه پاک‌کنی شواهدی در این موزه موجود است. این موزه همچنین دست‌بافت‌های قالیبافان اردکانی را به نمایش درآورده و در تالاری دیگر، دست‌بافت‌های سایر نقاط ایران مثل مناطق قشقایی شیراز، فرش‌های افشار کردستان، فرش‌های سبک تبریز و... دیده می‌شود. همچنین چند نمونه زیلو از تاریخ ۸۷۵ تا ۹۰۰ هجری در این موزه وجود دارد که نشانه قدمت زیلو بافی در اردکان است. در این موزه می‌توانید دارهای قالی از نمونه چوب‌های توت و سنجد و قیچ را ببینید. نمونه‌ای از ابزارهای پنبه پاک‌کنی و رنگرزی هم به صورت نمادین در سرداب خانه این موزه موجود است.

گشت و گذار

### پارک ملی لار

پارک ملی لار با مساحتی در حدود ۳۱ هزار هکتار در دامنه جنوب غربی کوه دماوند و مرز دو استان تهران و مازندران قرار گرفته است. دره‌ای که دریاچه لار در آن قرار دارد، در ۷۰ کیلومتری شمال شرقی



تهران واقع شده است و از قسمت شمال به کوه‌های نور، از غرب به خاتون بارگاه و گرمابدر، از قسمت جنوب به لواسانات و از قسمت شرق به کوه دماوند و پلور محدود می‌شود. راه‌های اصلی ورود به منطقه از مسیر جاده هراز پس از ورود به پلور از طریق سه راهی لار به پست ورودی محیط بانی دلیچای می‌رسد و از طریق جاجرود یا گلندوک می‌توان وارد جاده سد لثیان شد. پس از گذشتن از گردنه ایرابه پست محیط بانی قوش خانه و سپس کمر دشت رسید. منطقه حفاظت شده لار دارای دو اکوسیستم کوهستانی و آبی است. این منطقه دارای انواع گونه‌های گیاهی و جانوری است که در این میان ماهی قزل‌آلای خالدار که از نادرترین گونه‌های آبزی جهان است بر اهمیت این پارک افزوده است.



## پیشنهادهای سرآشپز

### رول مرغ سوخاری

رول مرغ یک غذای خوش قیافه و البته خوش طعم است که به عنوان یک وعده غذایی، منبع پروتئینی خوبی به حساب می آید. رول مرغ با اسفناج ترکیب بسیار خوبی خواهد بود اما از آنجایی که ممکن است به اسفناج تازه دسترسی نداشته باشید، می توانید از سبزیجات معطر در این دستور استفاده کنید.

#### مواد لازم:

پیاز متوسط	۱ عدد
سیر	۲ حبه
پیازچه خرد شده	یک چهارم فنجان
اسفناج	۲ فنجان
جعفری خرد شده	۲ قاشق
پنیر	۱ فنجان
فیله سینه مرغ	۸ تکه
تخم مرغ	۱ عدد
پودر سوخاری	به میزان لازم
طرز تهیه:	

پیاز و پیازچه را خرد کرده و در روغن تفت دهید. بعد از آن که طلایی شدند، سیر رنده شده را به آنها اضافه کنید و سپس اسفناج (یا سبزیجات معطر) و جعفری خرد شده را اضافه کرده و تفت دهید. حالا بعد از کمی تفت



دادن، تابه را کنار بگذارید تا محتویات آن خنک شود. سپس آن را با پنیر مخلوط کنید. فیله مرغ را پهن کرده و دو قاشق از ترکیب سبزیجات را روی آن ریخته و رول کنید. در ظرفی دیگر، تخم مرغ را با کمی نمک مخلوط کرده و به وسیله یک برس، دور تا دور مرغها را به تخم مرغ آغشته کنید. حالا

سفره رمضان باید سالم باشد و مغذی و مردم مناطق مختلف ایران از قدیم تا امروز به رسم خودشان این سفره را پیرامی کنند. اگر دوست دارید با چند خوردنی مغذی و سالم برای این روزها آشنا شوید، در این مطلب همراه ما باشید.

## آشپزخانه و مضامین

### آش عباسعلی

آش عباسعلی یکی از آش های معروف و سنتی کرمانشاه است که بسیار مغذی است.

#### مواد لازم:

نخود	یک چهارم پیمانه
لویاچیتی	یک چهارم پیمانه
لویاسفید	یک چهارم پیمانه
گندم پوست کنده	دو سوم پیمانه
برنج	یک چهارم پیمانه
عدس	یک چهارم پیمانه
گوشت گوسفندی	۲۰۰ گرم
پیاز درشت	۲ عدد
سیرداغ	به میزان لازم
نمک، فلفل و زردچوبه	به میزان لازم
روغن حیوانی	به میزان لازم
نعناع داغ	به میزان لازم
طرز تهیه:	



حبوبات را باهم بپزید و آب آن را خالی کنید. سپس گوشت را با پیاز و گندم و برنج خیس شده با هم بپزید تا لعابدار شوند. گوشت پخته شده ریش ریش کرده و همه مواد پخته شده را با هم ترکیب کنید و نمک و فلفل و زردچوبه را به آن بیفزایید. پس از این که خوب لعابدار شد، روی آش را با نعناع داغ، سیرداغ و پیازداغ فراوان و روغن حیوانی تزئین کنید.

### آش شیر محلی



آش شیر از غذاهای محلی دریان در استان آذربایجان شرقی است که خوردن آن با دمای ولرم می تواند وعده خوبی برای افطار شما به حساب بیاید.

#### مواد لازم:

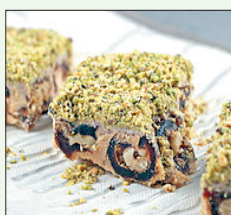
شیر	۱ لیتر
گندم بدون پوست	۳۰۰ گرم
نخود	۶۰ گرم
نمک و فلفل	به میزان لازم
کشمش، گردو، بادام برای تزئین	

### رنگینک

رنگینک دسر محبوب اهالی جنوب کشور است که با خرما و گردو و آرد تهیه می شود و جایگاه ثابتی سر سفره های افطار دارد.

#### مواد لازم:

آرد گندم	۲۵۰ گرم
روغن	۱۵۰ گرم
خاک قند	۵۰ گرم
خرما	۲۵۰ گرم
مغز گردو	۸۰ گرم
هل کوبیده	نصف قاشق چای خوری
پودر دارچین	یک قاشق چای خوری
پسته	برای تزئین



آرد را با کره یا روغن تفت دهید و وقتی طلایی شد آن را از روی شعله بردارید. سپس خاک قند و دارچین و هل کوبیده را به آرد سرخ شده اضافه کرده و خوب باهم مخلوط کنید. خرماها را بشوید و هسته آنها را خارج کنید و گردو در آنها بگذارید. نصف مقدار آرد سرخ شده را در ظرف مسطحی بریزید و با پشت قاشق سطح روی آن را صاف کنید، سپس خرماها را روی آن بچینید و کمی دارچین روی آن بپاشید و دوباره بقیه آرد سرخ شده روی خرماها را به طور کامل بپوشانید. روی رنگینک را با پسته چرخ شده تزئین کنید و بعد از سرد شدن، آن را برش بزنید.

#### طرز تهیه:

گندم را از شب قبل خیس کرده و با یک لیتر آب به همراه نخود بپزید تا گندم حسابی لعابدار شود. سپس کمی نمک اضافه کنید تا زمانی که آب حبوبات کشیده شود. بعد از آن شیر را بیفزایید و شعله را ملایم کنید تا آش غلیظ شود. در پایان، آش را در ظرف کشیده روی آن مقدار قابل توجهی کشمش شسته شده و گردو و بادام بریزید. در کنار این آش معمولاً فالوده خانگی سرو می شود!

## کوکای شیرین

### کوکای هویج

شاید رابطه خوبی با هویج نداشته باشید اما باید بدانید که کوکای هویج هیچ ارتباطی با هویج ندارد. این کوکای را بپزید و از طعم خوب آن لذت ببرید. این کوکای ها می توانند شیرینی ساده و سبکی برای سفره افطار شما باشند که جایگزین زولبیا و بامیه مضر می کنید!

#### مواد لازم:

کره	۱ پیمانه
شکر	۱ پیمانه
رنده پوست پرتقال	۲ قاشق
هویج رنده شده	یک و نیم چهارم پیمانه
تخم مرغ	۱ عدد
آرد	۲ و دو سوم پیمانه
بیکنینگ پودر	۲ قاشق چایخوری
نمک	خیلی کم
پودر دارچین	نصف قاشق چایخوری
طرز تهیه:	



فر را روی دمای ۱۹۰ درجه سانتی گراد روشن کنید و سینی فر را با کاغذ روغنی بپوشانید و کنار بگذارید. آرد و بیکنینگ پودر را سه بار الک کنید و با نمک و دارچین مخلوط کنید. سپس کره و شکر

را با همزن بزنید تا جایی که کرمی سبک حاصل شود. حالا تخم مرغ و رنده پوست پرتقال را اضافه کنید و هم بزنید تا به خوبی مخلوط شود. پس از آن، مخلوط آرد و هویج رنده شده را کم کم و به تناوب به مواد اضافه کرده و مواد را مخلوط کنید و با قاشق چوبی هم بزنید تا خمیر سفتی حاصل شود.

از خمیر گلوله هایی اندازه قاشق چای خوری برداشته و در سینی بچینید و سینی را در فر بگذارید و به مدت ۱۲ دقیقه حرارت دهید تا زیر کوکای ها تغییر رنگ دهد. سپس از فر خارج کنید و اجازه دهید تا خنک شوند و از کاغذ جدا کنید.

## آشپزخانه و مضامین

### خوراک بلغور

در تهیه این خوراک اگرچه پلو و برنج به کار نرفته اما در ترکیه که مبدأ این غذا است، به آن پلو بلغور گفته می شود. این خوراک در میان ترکها بسیار محبوب است و غذایی سالم، متفاوت و خوش طعم برای سفره شما خواهد بود.

#### مواد لازم:

بلغور گندم	یک و نیم پیمانه
گوچه فرنگی	۲ عدد
پیاز	۱ عدد
رب گوچه فرنگی	۱ قاشق غذاخوری
آب یا آب گوشت	دو و نیم پیمانه
کره	۵۰ گرم
نمک و فلفل سیاه	به میزان لازم
طرز تهیه:	



کره را در قابلمه متوسطی با حرارت ملایم آب کنید. پیازهای خرد شده را اضافه کنید و ۳ تا ۴ دقیقه تفت دهید. رب را به پیاز اضافه کنید و یک دقیقه تفت دهید. سپس گوچه فرنگی ریز شده، نمک، فلفل و زردچوبه را اضافه کنید. پس از اینکه آب گوچه فرنگی کشیده شد بلغور گندم را همراه با آب گوشت در قابلمه بریزید و با حرارت متوسط بپزید. بلغورهای مخصوص ترکیه نیازی به خیس شدن ندارند اما اگر از بلغور ایرانی استفاده می کنید، قبل از پخت آن را خیس کنید. اجازه دهید مواد با هم پخته شوند تا آب بلغور کشیده شود. سپس به مدت ۱۵ دقیقه آن را دم کنید.



## از ترکیب شیر با این مواد معجزه دارویی بسازید

### خواب خوب سلامتی است



خواب به اندازه غذا و ورزش برای رشد و سلامتی کودکان مهم است. چرا کودک شما باید خوب بخوابد؟

خواب منبع ایجاد انرژی برای فعالیت‌های روزانه است. دور کننده استرس است و برای فعالیت درست مغز ضروری است. کمبود خواب نه تنها روی خلق و خوی می‌گذارد بلکه سلامت مغزی کودک را نیز کاهش می‌دهد. مثل هر آدم بالغی کودکان نیز از کم خوابی پریشان و حواس پرت می‌شوند. به ویژه کم خوابی در فعالیت‌های آموزشی و تحصیلی مشکل ساز می‌شود. کودکی که به اندازه کافی خوابیده باشد هم انرژی و هم تمرکز کافی برای فعالیت‌های روزانه‌اش دارد.

کمبود خواب سیستم ایمنی بدن را ضعیف می‌کند. کودکی که کم می‌خوابد به راحتی مریض می‌شود و سرما می‌خورد. کودکانی که کمتر از ۸ ساعت خواب روزانه دارند سه برابر بیشتر در معرض سرماخوردگی قرار دارند.

کم خوابی باعث می‌شود کودک نتواند از همه توانایی‌های مغزی‌اش استفاده کند. به همین دلیل برایش سخت است کارهایش را درست پیش ببرد. کودک کم خواب حساس، ناتوان و بد خلق می‌شود چون نمی‌تواند درست از مغزش استفاده کند.

کم خوابی کودکان را در معرض چاقی قرار می‌دهد. کودکانی که کمتر از دوازده ساعت در شبانه روز می‌خوابند و کم استراحت می‌کنند برای تأمین انرژی از دست رفته بیشتر می‌خورند و بیشتر چاق می‌شوند.

**شیر موز:** خیلی‌ها فکر می‌کنند شیر موز باعث چاقی می‌شود در حالی که چربی موز بسیار ناچیز است اما میوه‌ای پرانرژی است. کالری این میوه خیلی زود می‌سوزد و مصرف می‌شود. شیر موز تأثیری در کاهش جذب کلسیم ندارد. همه خواص شیر با موز ترکیب می‌شود و سلامتی را افزایش می‌دهند. البته یادتان باشد که موز را با شیر کم چرب مخلوط کنید.

**شیر دارچین:** هر کدام از این مواد به تنهایی خواص فوق‌العاده‌ای دارند و با ترکیب هم می‌توانند بسیاری از بیماری‌ها را درمان کنند. اگر بیماری‌های قلبی دارید هر روز این ترکیب را به جای مربا یا شکلات مصرف کنید. این معجون ضربان قلب را تقویت می‌کند. این ترکیب برای پایین آوردن کلسترول هم مفید است. روزی سه فنجان از ترکیب دارچین و شیر بنوشید.



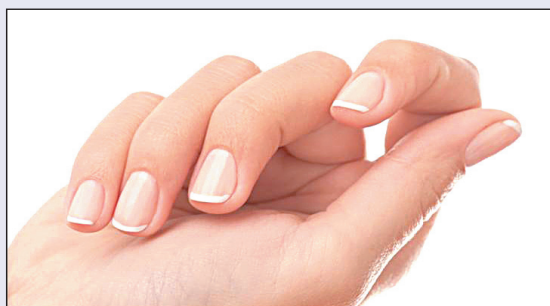
می‌شود. موز و شیر هم برای تقویت حافظه و از بین بردن ضعف روحیه موثر است. موز حاوی اسیدهای آمینه است و برای بهبود روحیه موثر است.

بدون شک شما هم از خواص شیر و ضرورت مصرف شیر برای حفظ سلامتی خبر دارید. اما ترکیب شیر با موادی که خودشان نیز حاوی مواد موثر برای تأمین سلامت هستند معجون جادویی می‌سازد که در بیشتر موارد موثر و کارساز است.

**شیر را با عسل بخورید:** این ترکیب نه تنها هیچ ضرری ندارد بلکه شما مثل مصرف هر دارویی تأثیر آن را خیلی سریع مشاهده می‌کنید. شیر خواص ضد میکروبی دارد با ترکیب شیر با عسل این خاصیت بیشتر می‌شود و اگر عفونتی در بدن‌تان داشته باشید خیلی سریع آن را درمان می‌کنید. اگر مشکلات خواب یا سو تغذیه دارید هر روز شیر و عسل بنوشید. در کنار همه مزایای شیر و عسل باید مراقب باشید که مصرف زیاد این ترکیب بخاطر وجود قند در عسل زمینه‌های چاقی برایتان فراهم می‌شود.

**شیر و سیب و عسل:** مخلوط شیر و سیب و عسل برای افزایش حافظه مفید است. اگر به این ترکیب بادام نیز اضافه کنید تأثیر آن چند برابر

### ناخن‌ها چه هشدار می‌دهند؟



آیا به همان اندازه که به فکر زیباتر کردن ناخن‌هایتان هستید به سلامتی و هشدارهایی که ظاهر ناخن‌هایتان می‌دهند توجه کرده‌اید؟ هر تغییری که در ظاهر ناخن ایجاد می‌شود چیزی از وضعیت سلامتی‌تان بیان می‌کند. شما می‌توانید از روی ناخن‌هایتان اوضاع سلامتی جسمی‌تان را بررسی کنید.

چال شدن و فرو رفتن ناخن‌ها نشانه‌ای از بیماری پسیوریاس است. همچنین می‌تواند به اختلالات بافت و آلپسی ربط داشته باشد. زردی یا سفیدی نامتعارف ناخن می‌تواند نشان‌دهنده عفونت‌های قارچی باشد و باید آن را جدی گرفت. رنگ پریدگی ناخن ناشی از کم خونی یا بیماری‌های کبدی و یا دیابت باشد.

اگر متوجه خط سیاه عمودی یا افقی روی ناخن‌هایتان شده‌اید این می‌تواند نشانه‌ای از ملائوم باشد. این وضعیت معمولاً فقط روی یک ناخن و یا روی شصت پا و دست نمایان می‌شود.

یا اگر رنگ ناخن‌هایتان آبی شده است به این معنی است که اکسیژن کافی دریافت نمی‌کنید که ناشی از بیماری‌های قلبی یا عفونت‌های ریوی است.

چماقی شدن ناخن بیماری است که با تورم و برآمده شدن و گرد شدن ناخن‌ها و نوک انگشت‌ها ایجاد می‌شود. سال‌ها طول می‌کشد تا

ناخن‌ها به این شکل در بیایند. این از عوارض کمبود اکسیژن و مشکلات ریوی است

شکستگی ناخن ناشی از قرار گرفتن زیاد ناخن‌ها در معرض مواد شوینده شیمیایی است. نقطه‌های سفید روی ناخن‌ها نشان‌دهنده بیماری‌های کلیه، کمبود پروتئین و ویتامین‌ها در بدن است.

ایجاد خط‌های قرمزی که مثل کبودی یا خون خشک شده هستند نشانه بیماری‌ها و حمله قلبی است. ناخن‌های نرم نشانه مشکلات کبدی و کمبود آهن است.

مادران در دوران بارداری فکر می‌کنند برای رشد و تأمین نیازهای جنین باید به اندازه دو نفر غذا بخورند. اما این روش هیچ فایده‌ای برای جنین ندارد و فقط باعث چاقی مادر در دوران بارداری می‌شود.

افزایش وزن در دوران بارداری فقط احتمال دیابت نوع دو و افزایش فشار خون و چاقی جنین و دشواری زایمان می‌شود. وزن زیاد جنین نیز باعث می‌شود کودک در معرض بیماری چاقی قرار بگیرد.

رژیم غذایی مناسب و ورزش‌های مخصوص دوران بارداری به شما کمک می‌کند تا از افزایش وزن بی‌رویه جلوگیری کنید.

در دوران بارداری ورزش کنید، پیاده روی روزانه را جزو برنامه‌هایتان بگذارید، مصرف قند و شکر را محدود کنید، کالری غیر مفید نخورید، مصرف پروتئین را افزایش بدهید، به اندازه لازم ویتامین و مواد معدنی دریافت کنید.

پیلاتس، انجام حرکات ساده نمایشی، پیاده روی، نرمش‌های ساده و ایروبیک به اندازه کافی شما را فعال نگه می‌دارند و مانع چاقی نامتعارف

### در دوران بارداری زیاد نخورید

در دوران بارداری می‌شوند. این توصیه‌ها را هم به کار ببندید:

- چاقی را کنترل کنید.
- سرخ کردنی را حذف کنید.
- مصرف شیرینی‌ها را محدود کنید.
- گوشت و مرغ را آب پز کنید.
- لبنیات کم چرب مصرف کنید.
- سبزیجات را بخار پز کنید.
- حبوبات را بدون اضافه کردن چربی و روغن مصرف کنید.
- سیب‌زمینی را آب پز کنید.
- مصرف برنج را محدود کنید.
- بیش از یک بار در هفته زرده تخم مرغ نخورید.
- میوه‌های تازه مصرف کنید و کمپوت و مربا نخورید.
- آب زیاد بنوشید و آب میوه غیر طبیعی ننوشید.
- قند و شکر و نمک را کمتر مصرف کنید و از شکلات تلخ و خرما استفاده کنید.
- نان سبوس دار را جایگزین نان‌های

مادران در دوران بارداری فکر می‌کنند برای رشد و تأمین نیازهای جنین باید به اندازه دو نفر غذا بخورند. اما این روش هیچ فایده‌ای برای جنین ندارد و فقط باعث چاقی مادر در دوران بارداری می‌شود.

افزایش وزن در دوران بارداری فقط احتمال دیابت نوع دو و افزایش فشار خون و چاقی جنین و دشواری زایمان می‌شود. وزن زیاد جنین نیز باعث می‌شود کودک در معرض بیماری چاقی قرار بگیرد.

رژیم غذایی مناسب و ورزش‌های مخصوص دوران بارداری به شما کمک می‌کند تا از افزایش وزن بی‌رویه جلوگیری کنید.

در دوران بارداری ورزش کنید، پیاده روی روزانه را جزو برنامه‌هایتان بگذارید، مصرف قند و شکر را محدود کنید، کالری غیر مفید نخورید، مصرف پروتئین را افزایش بدهید، به اندازه لازم ویتامین و مواد معدنی دریافت کنید.

پیلاتس، انجام حرکات ساده نمایشی، پیاده روی، نرمش‌های ساده و ایروبیک به اندازه کافی شما را فعال نگه می‌دارند و مانع چاقی نامتعارف



را بگیرد.

سفید کنید.

- فیبر بیشتری از طریق مصرف میوه‌ها و سبزیجات و حبوبات دریافت کنید.

- نان و برنج را در یک وعده مصرف نکنید. - برای افزایش پروتئین چربی گوشت و مرغ



## • ریحانه دوستدار

تعریف سنتی و کلی «خیانت» نقض تعهد جنسی زن یا مرد در رابطه زناشویی است. به این معنای مرسوم که؛ وارد رابطه جنسی دیگری شوید در حالی که از نظر اخلاقی به یک نفر متعهد هستید. اما در چند دهه اخیر معنای خیانت بسیار تغییر کرده است. همه خیانت‌ها جنسی نیست.

## ناسپاسی عاطفی یعنی

خیانت عاطفی هر نوع ناسپاسی و شکستن تعهد در اندیشه و احساس است. با پیشرفت‌های روزانه فناوری‌ها، خیانت معنای گسترده‌ای یافته است. درگیری فکری و عاطفی با یک فرد جدید نیز یک نوع ناسپاسی و نقض تعهد است. صمیمیت و رابطه بسیار نزدیک حتی از طریق گوشی‌های همراه، برقراری هر نوع رابطه صمیمی خارج از رابطه با همسر در حالی که شریک زندگی از آن باخبر نیست همگی انواعی از ناسپاسی است.

مهم‌ترین تفاوت خیانت جنسی با ناسپاسی عاطفی در ارتباط فعال و صمیمی جنسی است. در خیانت جنسی، رابطه دو نفر علاوه بر رابطه عاطفی پایه‌ای جنسی نیز دارد. در حالی که رابطه عاطفی خارج از ازدواج لزوماً بر پایه صمیمیت و ارتباط جنسی بنا نمی‌شود. این رابطه می‌تواند در محدوده ارتباط اینترنتی یا تلفنی باقی بماند. خیلی از افرادی که وارد رابطه عاطفی با نفر دوم و یا سومی می‌شوند اصلاً این ارتباط را خیانت یا ناسپاسی تعریف نمی‌کنند چون این ارتباط اصولاً بر مبنایی غیر از رابطه جنسی بنا شده است. آنها فکر می‌کنند خیانت فقط در دایره رابطه جنسی تعریف می‌شود.

نتیجه بسیاری از این ارتباط‌های عاطفی، توجه عاطفی بیشتر به فرد جدید رابطه است و ایجاد فاصله با شریک زندگی کاملاً طبیعی خواهد بود. اگر فردی آتقندر به رابطه عاطفی جدیدش وابستگی پیدا کند به احتمال زیاد تعهدات رابطه زناشویی‌اش را خواهد شکست.

## رابطه عاطفی تمایلی قوی برای رابطه جنسی

رابطه عاطفی شدید با دیگری معمولاً خیلی ساده شروع می‌شود. ابتدا همه چیز بر پایه حال و احوال و تبادل نظر است. هر چقدر آشنایی بیشتر می‌شود دریافت اطلاعات نیز شخصی‌تر می‌شود. ماهیت ارتباط ایجاد صمیمیت است. حرف زدن و گفتگو هیچ وقت در محدوده «سلام، حال شما چطور؟» من هم خوب» باقی نمی‌ماند. کنجکاوی باعث می‌شود دو نفر بیشتر و بیشتر با هم معاشرت کنند، صمیمی شوند و وابستگی ایجاد کنند. این رابطه عاطفی می‌تواند به همان اندازه رابطه جنسی وابستگی و علاقه ایجاد کند و ناقض تعهد زناشویی باشد.

صمیمیت زیاد می‌تواند تمایل رابطه جنسی هم ایجاد کند. خیلی طبیعی است که بخواهید با کسی که با او صمیمی شده‌اید، دوستش دارید و دائماً در ارتباط عاطفی هستید رابطه جنسی داشته

باشید. رابطه عاطفی با دیگری نه همیشه اما می‌تواند دلیلی برای رابطه جنسی، اختلافات زناشویی و جدایی باشد.

## آسیب رابطه عاطفی

داشتن رابطه و دوستی خارج از رابطه زناشویی کاملاً طبیعی و سازگار با روحیه انسان‌ها است. اما برقراری یک رابطه عمیق عاطفی با فرد دیگر به احتمال زیاد تهدیدی برای پیوندهای زناشویی است. دوستی‌ها بر مبنای جذابیت‌ها و ظرفیت‌هایی



## دوستی‌های ظاهراً معمولی

## بین خیانت عاطفی با خیانت جنسی چه فرقی وجود دارد؟

است که مادر دیگران می‌بینیم. دوستی‌های معمول با ظرفیت‌های متناسب تهدید رابطه زناشویی نیستند. اما علاقمندی‌های شدید و افراطی می‌توانند به خیانت منتهی شوند و برای همه افراد درگیر این رابطه، تهدید کننده هستند. شما، همسران، فرزندان و نفر سوم بیشترین آسیب را از این رابطه بیش از اندازه صمیمی خواهید دید.

## چیزهایی که باید بدانید

رابطه عاطفی ابتدا بر اساس یک دوستی ساده شکل می‌گیرد. این رابطه صمیمی پیوندهای رابطه زناشویی را تهدید می‌کند. خیلی‌ها به این رابطه عاطفی فارغ از رابطه جنسی خیانت نمی‌گویند اما آن را خطرناک می‌دانند. مشاورها و مددکاران حوزه روابط زناشویی بدون هیچ تعارفی این نوع روابط را در دسته خیانت‌های زناشویی قرار می‌دهند. یک مددکار خانواده می‌گوید بیش از نیمی از روابط عاطفی خارج از تعهد وارد روابط جنسی می‌شود. شاید با همه این توضیحات هنوز هم از نظر شما رابطه عاطفی به بدی رابطه جنسی نباشد اما معمولاً هر کسی که در چنین موقعیتی قرار می‌گیرد احساسی مثل خیانت، بی‌اخلاقی، بی‌تهدیدی و

دروغ را تجربه می‌کند.

کسی که وارد یک رابطه عاطفی عمیق تازه می‌شود نه فقط همه احساس و انرژی‌اش را صرف این رابطه می‌کند بلکه حمایت‌های عاطفی و همدلی‌ها را نیز از این ارتباط دریافت می‌کند.

اگر وارد رابطه‌ای شده‌اید که همه انرژی و فکر و احساس‌تان را برایش خرج می‌کنید، رابطه عاطفی با همسران کم شده است و هر روز تمایل بیشتری برای نزدیکی به این آدم جدید دارید باید

وقتی دیگران شما را متهم به خیانت می‌کنند هر کاری می‌کنید تا این دوستی را یک رابطه معمولی نشان بدهید.

– تنها بودن و معاشرت با این دوست جدید برایتان مهم‌تر از هر چیز دیگری است.

– همه احساسات و فکرها، مشکلات و ناراحتی‌ها، شادی‌ها و رویاهایتان را به دوستان می‌گویید و همسران از هیچ چیز خبر ندارند.

– همیشه به دنبال بهانه‌ای برای خریدن هدیه‌هایی ویژه برای دوستان هستید.

– به نظر می‌آید دوستان بهتر از هر کسی شما را می‌فهمد.

– این دوستی یک راز است و آن را از همه به ویژه همسران پنهان می‌کنید.

## آیا شما ناسپاس هستید؟

اگر به بیش از سه پرسش زیر جواب بله بدهید باید حواستان را بیشتر جمع کنید و جدی‌تر به روابط‌تان توجه کنید.

– آیا شما در رابطه زناشویی‌تان مشکلات حل نشده و درگیری‌های متعدد دارید؟

– آیا احساس می‌کنید از نظر عاطفی از همسران دور هستید؟

– آیا حرف زدن با شریک زندگی‌تان برایتان مشکل است؟

– آیا ترجیح می‌دهید حرف‌هایتان را با دیگران بزنید و یک نفر هست که شما را بهتر درک می‌کند؟

– آیا دوست جدید فهمید و مهربان و خوش قلب شما از نظر جنسی خیلی جذاب است و شما به او فکر می‌کنید؟

– آیا جمله «اما فقط دو تا دوست معمولی هستیم» عقلانی‌ترین توصیف شما از این رابطه خیلی صمیمی است؟

– آیا همسران‌تان از این دوستی چیزی می‌دانند؟

– ترجیح می‌دهید روزها وقت‌تان را با همسران بگذرانید یا با دوست جدیدتان؟

## یک تصمیم مهم: نه!

رابطه‌هایتان را محدود کنید. این بهترین راه برای مراقبت از رابطه زناشویی‌تان است. البته همه چیز به همین یک توصیه ختم نمی‌شود. به احتمال زیاد دلایل زیادی برای برقراری این رابطه عاطفی جدید وجود داشته است. صرف نظر از سوسه که همه ما درگیر آن هستیم مشکلات، اختلافات، کج‌فهمی‌ها، سوء تفاهم‌ها و فقدان یک ارتباط همدلانه افراد را به سوی رابطه‌هایی دیگر می‌کشاند. همه ما دلمان می‌خواهد که وارد یک رابطه شاد، پرهیجان، خاص و پرکشش شویم. اغلب بخاطر ناامیدی از کشتی به گل نشسته زن و شوهری است که سراغ دوستان جدید می‌رویم. اما خب قبل از اینکه جواب سوسه را در یک ایمیل، پیامک و تماس تلفنی بدهید کمی به رابطه‌تان فکر کنید. مشکل کجاست؟ آیا هیچ راهی برای حل آن وجود دارد؟

حواستان را جمع کنید. این دوستی احتمالاً به زندگی زناشویی‌تان آسیب خواهد زد.

## عشق افلاطونی؟

عشق‌های افلاطونی می‌توانند به خیانت تبدیل شوند اگر شما در صمیمیت و دوستی‌تان مرزها و حدود تعیین شده رابطه زناشویی‌تان را نقض کنید، این دوستی‌ها فرصتی برای نزدیک شدن و رابطه عاطفی شدید هستند.

دوستی‌های افلاطونی با روابط عاطفی یک فرق مهم دارند. در روابط عاطفی معمولاً این ارتباط پنهان باقی می‌ماند همچنین تمایل جنسی در آن به وجود می‌آید اما در دوستی و صمیمیت‌های افلاطونی اینطور نیست.

## برای ناسپاسی چندین نشانه وجود دارد:

– شما از همسران ناامید می‌شوید.

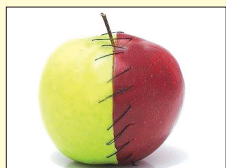
– بیش از اندازه به دوست جدیدتان فکر می‌کنید و دائماً در حال رویاروایی با او هستید.

– تمایل شما برای رابطه عاطفی و رابطه جنسی با همسران کم می‌شود.

– میزان رابطه شما و همسران هر روز کمتر می‌شود.

## همسران شبیه هم می‌شوند

باور عمومی بر این است که افراد متضاد یکدیگر را جذب می‌کنند اما واقعیت این است که زوجها حتی با وجود تفاوت‌های فردی شان به تدریج شبیه یکدیگر می‌شود چون ما افرادی را دوست داریم که از لحاظ جسمی و شخصیتی شبیه ما باشند.



یک بررسی جدید نشان می‌دهد هر چه با شخصی بیشتر زندگی کنیم، شباهت‌های ظاهری‌مان بیشتر می‌شود. پژوهشگران برای بررسی علت شباهت زوجها به یکدیگر از ۱۱ مرد و ۱۱ زن خواستند که در مورد سن، جذابیت و صفات شخصیتی ۱۶۰ زوج که در زندگی واقعی با هم ازدواج کرده بودند، داوری کنند. عکس‌های زن‌ها و شوهرها به طور جداگانه به این ۲۲ نفر نشان داده می‌شد، بنابراین آنها نمی‌دانستند که چه کسی با چه کسی ازدواج کرده است.

نتایج به دست آمده جالب بود: افراد داوری‌کننده بدون اینکه از ازدواج واقعی زوجها خبر داشته باشند، مردان و زنانی را که واقعا با هم ازدواج کرده بودند را هم از لحاظ ظاهری و هم از لحاظ شخصیتی شبیه به هم ارزیابی کرده بودند. و هر چه زوجها مدت طولانی‌تری با هم زندگی کرده بودند این شباهت ارزیابی شده بیشتر می‌شد.

## توصیه‌های عاشقانه

## همسران را در آغوش بگیرید

شاید بعد از گذشت سال‌ها از ازدواج‌تان دیگر فراموش کرده باشید که مثل ابتدای زندگی هر روز یکدیگر را در آغوش بگیرید. شاید فکر کنید وقتی برای این کار ندارید یا جلوی بچه‌ها نمی‌شود دست دور گردن همسران ببندازید. اما واقعیت این است که در آغوش گرفتن



همسر، یک مهارت ارتباطی پیشرفته و هدیه‌ای کاملاً عاشقانه است. بهترین روشی که می‌تواند موفقیت و توانایی شما را در دوست داشتن و عشق ورزیدن به همسران تضمین کند. آغوش با خود احساس امنیت و صمیمیت و حمایت به همراه دارد و از سویی دیگر، رفتاری غیرجنسی و محبت‌آمیز است که می‌توانید جلوی بچه‌ها داشته باشید. کافی است همه اعضای خانواده را به ترتیب بغل بگیرید و با آنها صحبت کنید. همیشه سعی کنید صبح پیش از برخاستن، شب قبل از خوابیدن و در طول روز وقتی به خانه می‌رسید همسران را بغل کنید.

اگر هنوز هم برای این کار دنبال دلیل می‌گردید باید بدانید که محققان می‌گویند وقتی زوجین ۲۰ ثانیه همدیگر را بغل می‌کنند، سطح اکسیتوسین در بدنشان بالا رفته و کورتیزول که هورمون استرس است پایین می‌آید. بنابراین معطل نکنید و آغوش به همسران هدیه دهید.



## • ریحانه دوستدار

ما گمان می‌کنیم برای اینکه پدر و مادر خوبی باشیم و فرزند نوجوانمان را برای زندگی در دنیای واقعی آماده کنیم باید همه تلاش‌مان را بکنیم تا او همیشه در بالاترین موقعیتی که می‌تواند، باشد و بهترین امتیاز را در هر فعالیتی بیاورد. اما فراموش می‌کنیم اگر به او فرصت و آزادی اشتباه را ندهیم تجربه‌هایش را محدود می‌کنیم و امکان رویارویی با چالش‌های واقعی را از او می‌گیریم.

مهم است که از فرزندان حمایت کنید و هر جا که لازم است همراهیش کنید اما به همین اندازه باید فرصت تجربه و آزمون و خطا را در اختیارش قرار دهید.

به جای اینکه جلوی اشتباه را بگیرید به کودک کمک کنید تا از اشتباهاتش بیشتر بیاموزد. این پنج اشتباه‌نه‌نه‌انگراکننده نیستند بلکه تجربه‌های مفیدی در اختیار فرزندان قرار می‌دهد.

### ۱- اجازه بدهید نوجوان دوستانی ظاهراً مشکوک داشته باشد

تا اندازه‌ای فضای انتخاب دوست را برای کودک باز بگذارید حتی اگر احساس می‌کنید او در جمعی نامناسب قرار گرفته است. کودک یا نوجوان را از هم صحبتی و هم کلامی با افرادی که گمان می‌کنید خیلی مناسب روحیات او و سطح خانوادگی‌تان نیستند منع نکنید. وقتی مانع ایجاد می‌کنید فرزندان بیشتر وسوسه می‌شود تا با این گروه از دوستانش همراهی کند. چون سردرآوردن از چیزی که از آن منع می‌شویم ویژگی انسانی همه ماست.

اگر فرزند نوجوان انتخاب‌های مشکوک دارد دغدغه و نگرانی‌تان را مطرح کنید و در عین حال از دور فعالیت‌هایش را زیر نظر بگیرید. به جای اینکه فعالیت‌ها را روابط اجتماعی‌اش را انکار کنید باید سعی کنید با ایجاد محدودیت‌هایی منطقی و قابل پذیرش او را کنترل کنید. این فرصت و شانس برای کودک فراهم می‌کند تا تجربه‌هایی متفاوت داشته باشد و در میان آنها انتخاب‌های خود را داشته باشد.

### ۲- اجازه بدهید گاهی نوجوان از زیر بار مسئولیت‌ها شانه خالی کند

والدین علاقه زیادی دارند تا فرزند همیشه در فعالیت‌های مدرسه و امور اجتماعی موفق و ممتاز باشد. این خیلی خوب است که فرزند ما همیشه قابل تحسین و تشویق باشد اما در عین حال این مسأله نباید مانع اشتباهات رایج باشد.

پدری که هر شب انتظار دارد فرزندش تمام تکالیف را انجام داده باشد و تحمل نمره پایین‌تر از انتظار خودش را ندارد و یا مادری که مدام فعالیت‌های فرزند را زیر نظر دارد تا همه چیز به خوبی پیش برود فرصت اشتباه و گاهی کم کاری را از فرزندانش می‌گیرد. واقعاً چه ضرورتی دارد همیشه در بهترین و ایستاده‌آل‌ترین موقعیت قرار بگیریم و هیچ وقت خطانمیکنیم؟



# این پنج اشتباه حق نوجوان است

مدیریت و کنترل همه فعالیت‌های روزانه کودک و نوجوان و پیشگیری از خطا، راه آموزش مسئولیت پذیری به فرزندان نیست. این روش فقط کودک را یک وجهی بار می‌آورد و او را در موقعیت‌های اشتباهی که بالاخره در آینده پیش می‌آیند سرگردان خواهد کرد. گاهی اجازه بدهید فرزندان مثل همیشه بهترین نباشند. تنبلی کند و یا از چیزی عقب بماند تا یاد بگیرد در این شرایط چطور نتایج طبیعی رفتارشان را بپذیرد و آن را تغییر دهد.

### ۳- به او فرصت خود ابرازی بدهید

خود مختاری و استقلال فردی برای رشد طبیعی یک نوجوان مهم است. شاید او خودش را به شیوه‌هایی نامتعارف بیان کند. یکی دلش می‌خواهد موهایش را سبز کند و دیگری اتاق خوابش را یک شبه سیاه یا قرمز می‌کند.

تا زمانی که نوع خواسته‌ها، ابراز وجود فرزندان و تمایلاتش به کسی ضرری نمی‌رساند - هرچند برای شما غیر عادی باشد- حق طبیعی اوست و شما در واقع نمی‌توانید مانع او باشید. بعضی از رفتارهای فرزندان ممکن است با باورهای دینی یا عرفی شما ناهماهنگ و ناسازگار باشد اما آنچه در نوجوانی اتفاق می‌افتد عموماً گذراست و ارزش پیگیری و مقابله ندارد. وقتی مدام جلوی تصمیم‌های مستقل، انتخاب‌های نامتعارف و خود ابرازی‌های عجیب نوجوان را می‌گیرید بعید نیست که او در بزرگسالی

### ۴- از او حمایت کنید حتی اگر می‌دانید این پروژه شکست می‌خورد

پدر و مادرها معمولاً تحمل شکست و ناکامی فرزندان را ندارند. آنها هر کاری می‌کنند تا مانع زمین خوردن کودک و نوجوانشان بشوند. آیا شما هم یک جاده امن ساخته‌اید تا فرزندان در مسیر امن حرکت کنند؟ جلوی شکست را نگیرید چون این خودش یک خیانت است. او باید یاد بگیرد چطور بعد از سرخوردگی و ناامیدی پس از شکست دوباره تلاش کند.

اگر نوجوانتان دلش می‌خواهد با وجود قد خیلی کوتاهش وارد تیم بسکتبال شود جلوی انتخابش را نگیرید. اگر دخترتان دوست دارد فوتبال بازی کند حتی اگر جثه ضعیفی دارد این فرصت را به او بدهید. شاید انتخاب او شکست بخورد یا از نظر شما بیهوده و بی ارزش باشد اما این فرصت برای او راه یادگیری است.

### ۵- جلوی تجربه‌های ناخوشایند را نگیرید

سعی نکنید همیشه سدی برای تجربه‌های کمی دردناک و ناخوشایند زندگی باشید. این تجربه ناکامی است که پیش از شما پدر بودا انجام داده و بیهودگی‌اش روشن است. هر آدمی باید با احساساتی مثل اندوه، غم، یاس، خشم و تنهایی کنار بیاید. مرگ را ببیند، بیماری را بپذیرد و از چیزهایی بترسد. اینها تجربه‌های گرانبهائی برای روح و روان آدمیزاد است،

اعتماد به نفس و اندیشه‌های انسان را می‌سازد و راه سازگاری با ناخوشایندها را یاد می‌دهد.

گاهی حتی لازم است نوجوان ناخوشایندی‌های جسمانی را تجربه کند. این تجربه می‌تواند به سادگی احساس ناخوشایند پوشیدن یک شلوارک وسط برف زمستانی باشد. شما نگران هستید سرما بخورد؟ عیبی ندارد اگر او از این بیامورد سرما چطور روی بدن اثر می‌گذارد اجازه بدهید تجربه کند. آیا کودک شامش را نخورده و خوابیده؟ این احساس گرسنگی بدون شک مرگ آور نیست اما حاوی پیام‌های زیادی است.

### آزادی لازم، محدودیت کافی

اگر همیشه مسئولیت‌های فرزندان را به عهده می‌گیرید او مهارت‌های لازم را برای تصمیم‌های مستقل را یاد نمی‌گیرد. به کودک آزادی بدهید تا مسئولیت‌هایی را بپذیرد.

اگر همیشه به فرزندان بگویید که چه بکند و چه نکند او فقط آنها را برای جلب رضایت شما انجام می‌دهد. علاوه بر این خوب است که در برخی از موارد مربوط به حوزه خانواده و انتظارات جمعی برای کودکان محدودیت ایجاد کنید اما لازم است فرصت‌هایی برای تجربه نیز در اختیارش قرار بدهید.

### آزادی را در ده دره در اختیار بگذارید

نه محدودیت زیاد و نه رها کردن کودک به حال خودش برای یک تربیت سالم و موثر کارآمد نیستند. از دوران کودکی با چشاندن طعم استقلال و انجام فعالیت‌های فردی به او فرصت می‌دهید تا معنای آزادی را بهتر درک کند.

به کودک به مرور زمان مسئولیت‌هایی متناسب با سن و توانایی‌هایش بدهید

- جمع و مرتب کردن اتاق خواب
- چیدمان اتاق خواب به سلیقه خودش
- انتخاب انجام کارهای خانه با توجه به علاقه‌مندی‌هایش
- انتخاب زمان دلخواه برای درس خواندن
- انتخاب استفاده از ابزارهای فناوری
- رفت و آمد بیشتر با دوستان
- تجربه کار موقت
- تمرین رانندگی

محدود کردن آزادی به وقت ضرورت

اگر احساس می‌کنید فرزندان درک درستی از آزادی‌هایی که در اختیارش می‌گذارید ندارد، توانایی مدیریت درست زمان و مکان را ندارد و یا بیش از اندازه از هر موقعیتی سو استفاده می‌کند حق دارید برخی از آزادی‌ها را محدود کنید.

شما از رفتار و منش فرزندان به خوبی متوجه می‌شوید او چگونه آدمی است. متناسب با روحیه‌اش به او اجازه تجربه چیزهای جدید را بدهید. برای اینکه هیچ کدامتان به در درسر نیفتید یک قاعده رفتاری تعیین کنید. مرزهای خانوادگی، مرزهای اخلاقی و قواعد زندگی اجتماعی را مشخص کنید و به او یاد بدهید چطور متناسب با این قواعد انتخاب‌های خودش را داشته باشد و راه خودش را برود.

## اشتباهات رایج

### بازی؛ یک نیاز کودکان

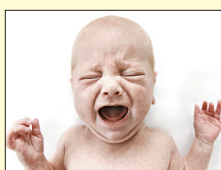


شاید دوست داشته باشید اوقات فراغت فرزندان را با کلاس‌های رنگارنگ پر کنید اما واقعیت این است که هیچ چیز به اندازه بازی نمی‌تواند باعث رشد مهارت‌ها و سلامت روانی کودکان شود. علاقه‌مندی کودک به بازی نشانه سلامتی اوست و اگر کودکی بازی نکند باید به سلامت او مشکوک و به فکر درمانش بود. انسان نیاز به حرکت و جنبش دارد و بازی بخش مهمی از این نیاز است. هر فرد برای رشد ذهنی و اجتماعی خود نیازمند اندیشه و تفکر است و بازی خمیرمایه این تفکر و اندیشه است.

آمادگی جسمی و روحی برای مقابله با مشکلات، بخشی از فلسفه بازی کودکان است. بنابراین، بازی هر چه گسترده‌تر، پیچیده‌تر و اجتماعی‌تر باشد کودک از مصنویت روانی بیشتری برخوردار می‌شود. کشف دنیای اطراف بخش دیگری از فلسفه بازی است که کودک حس کنجکاوی خود را از این طریق ارضا می‌کند. کودک، کارهایی که بعداً می‌خواهد انجام دهد را در بازی تمرین می‌کند. کودک با بازی به تعادل می‌رسد. بازی، تحقق بخشیدن فوری به نیازهای کودک است و در کل می‌توان گفت بازی، راهی است که کودکان از طریق آن ابراز وجود می‌کنند.

## چچه‌ها و یافته‌ها

### استرس نوزادی، ماندگار تا آخر عمر



شاید فکر کنید که بچه‌ها چیزی از استرس‌ها و تنش‌های بزرگسالان درک نمی‌کنند یا در دوران نوزادی آنقدر حافظه درستی ندارند که نگرانی‌ها و تنش‌ها در ذهنشان ثبت شود. اما محققان حرف دیگری دارند. آنها می‌گویند محیط اولیه‌ای که کودک با آن سر و کار دارد پاسخ او به استرس را در زندگی بزرگسالی و حتی تا پایان عمر تحت تأثیر قرار می‌دهد. البته این تأثیر در ۲ سال اول زندگی مطرح است.

یعنی اگر کودکی دوره نوزادی خود را در محیطی نامناسب سپری کند و از محیط تأثیرات منفی پی در پی دریافت کند، در دوره بزرگسالی نیز به خوبی نمی‌تواند از پس شرایط استرس‌زا بربیاید. به گفته این محققان، در دوره اولیه زندگی کودک سیستم پاسخ‌دهی بدن او به استرس نسبت به محیط و مراقبت‌های محیطی حساس‌تر از هر برهه دیگری از زندگی است. با این حال پروفیسور کیت مک لوگان، روان‌پزشک و مسئول این گروه پژوهشی می‌گوید اگر همین بچه‌ها از محیط زندگی منفی و آسیب‌زا خارج شوند و در خانواده‌هایی جای بگیرند که به اندازه کافی از آنها حمایت می‌کنند، در بلندمدت می‌توانند پاسخ‌دهی خود به استرس را به شرایط معمول بازگردانند.



[illegible]